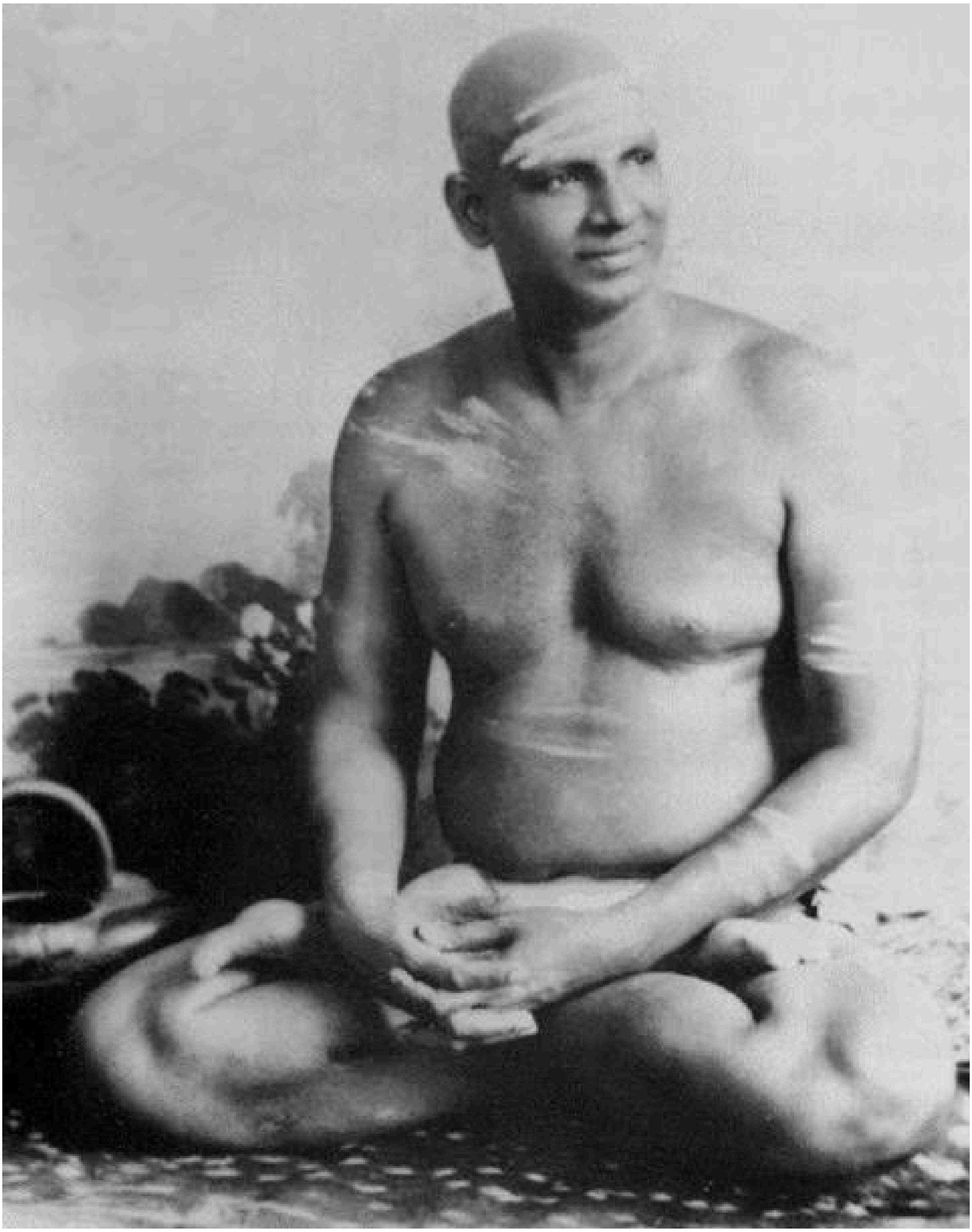
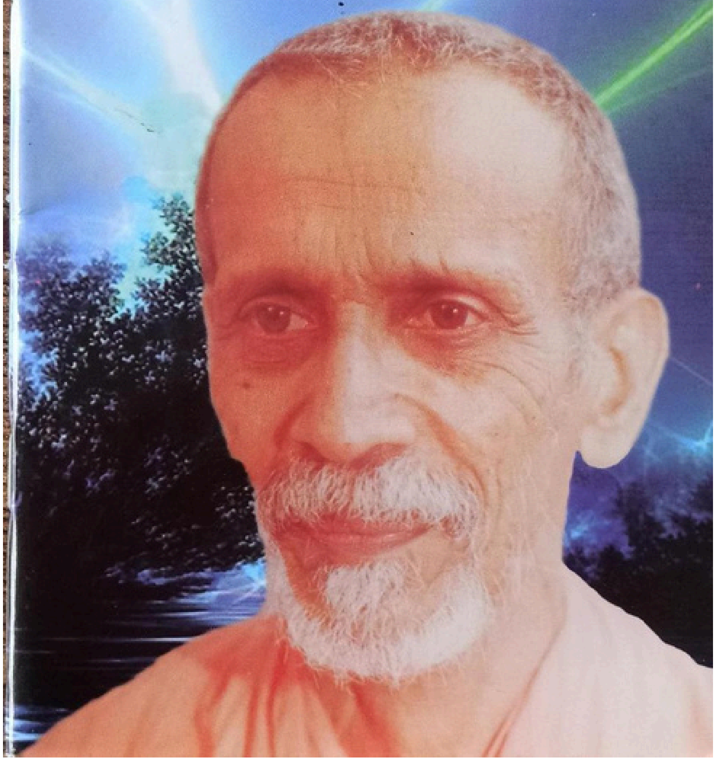


SWAMI CHIDANANDA BIRTH CENTENARY
1916 - 2016

जीवन में चरित्र का महत्व

स्वामी चिदानन्द



जीवन में चरित्र का महत्त्व

श्री स्वामी चचदानन्द

प्रकाशक
द चिवाइन लाइफ सोसायटी
पत्रालय : चशवानन्दनगि-२४९१९२
चजला: चटहिी गढ़वाल, उत्तिाखण्ड (चहमालय), भाित
www.sivanandaonline.org, www.dlshq.org
प्रथम संस्किण : २०१६

(२,००० प्रचतयााँ)

Swami Chidananda Birth Centenary Series-93

चनिःशुल्क चवतिणाथथ

'द चिवाइन लाइफ सोसायटी, चशवानन्दनगि' के चलए
स्वामी पद्मनाभानन्द द्विाा प्रकाचशत तथा उन्हीं के द्विाा 'योग-वेदान्त
फिोस्ट एकोिमी प्रेस, पो. चशवानन्दनगि-२४९१९२,
चजला चटहिी गढ़वाल, उत्तिाखण्ड' में मुचित।
For online orders and Catalogue visit: disbooks.org

प्रकाशकीय

पिम आिाधनीय श्री स्वामी चचदानन्द जी महािाज की जन्मशती के पुनीत अवसि की चनचदथष्ट शुभचतचथ २४ चसतम्बि २०१६ है। इस मंगलमय महोत्सव को मनाने हेतु मुख्यालय चशवानन्द आश्रम की सुचनचित योजना-

अनुसि पिम पावन श्री स्वामी चचदानन्द जी महिाज के प्रबोधक प्रवचनों ंसे समाचवष्ट एक सौ पुस्तिकाओं ंका प्रकाशन चनिःशुल्क चवतिणाथथ चकया जा िहा है।

चवश्ववंद्य सद्गुरुदेव श्री स्वामी चशवानन्द जी महिाज के चदव्य जीवन-चसद्धान्तों ंके प्रचाि-प्रसािाथथ पिम पूजनीय श्री स्वामी चचदानन्द जी महिाज व्यापक रूप से देश-चवदेश में आध्यास्तिक यात्रा किते हुए असंख्य चजज्ञासुओं, ं भगवद्भक्तों ंको अपने स्वतिःसुफुरित सहज, अतीव गहन पे्रिक प्रवचनों ंद्विाि चदव्य जीवन का पथ चनदेचशत किते िहे। सद्गुरुदेव की चदव्यानुभूचत के अनुसि स्वामी चचदानन्द जी के प्रवचन एक सन्त-हृदय के सहजानुभूत अन्तज्ञाथनयुक् प्रकचटत भावोद्गाि हैं।

अब तक के उनके कुछ अप्रकाचशत व्याख्यानों ंको पुस्तिका रूप में प्रकाचशत कि श्री स्वामी जी महिाज को जन्म शताब्दी के महान् शुभावसि पि उनके पावन श्रीचिणों ंमें सादि सप्रीत भेंट समचपथत किते हुए हम हर्थ का अनुभव कि िहे हैं। प्रिुत पुस्तिका 'जीवन में चरित्र का महत्त्व' अन्य स्थानों ंमें चदये गये पााँच प्रवचनों ंका संकलन है।

मुख्यालय चशवानन्द आश्रम के अंतेवाचसयों ंद्विाि इन प्रवचनों ंके अचभलेखन, सम्पादन तथा संकलन कायों में पे्रमपूणथ सेवा-सहयोग के चलये हम हाचदथक कृतज्ञता प्रकट किते हैं।

पिम चपता पिमािा, हमािे आिाध्य श्री सद्गुरु भगवान् श्री स्वामी चशवानन्द जी महिाज औि पिम पावन श्री स्वामी चचदानन्द जी महिाज के अनन्त शुभाशीवाथद सब पि िहें!

-द डिवाइन लाइफ सोसायटी

डवषय-सूची

१. जीवन में चरित्र का महत्त्व

(१५ जुलाई १९९३ को गुरुपूचणथमा के अवसि पि चद.जी.सं. ऋचर्केश में चदया गया प्रवचन)

उज्ज्वल आिस्वरूप, पिम चपता पिमािा की चदव्य अमि सन्तान !

हमािे समक्ष साधकों के रूप में चविाजमान आप सब, हमें अपने दशथन देकि एवं हमें आशीवाथद किने वाले अजि अमि अचवनाशी आिा ! अभी स्वामी प्ेरेमानन्द जी ने बोला, 'अभी स्वामी चचदानन्द जी, चदव्य जीवन संघ के पिमाध्यक्ष, आपको आशीवाथद देंगे' यह चबलुकुल गलत है। आप धन्य आिस्वरूपों के दशथन किने एवं आशीवाथद प्राप्त किने के चलए यह दास यहााँ पि आया है।

आप यहााँ पि परिश्रम किके दूि-दूि से आये हैं। आप अपने समय, उपस्तस्थचत, एवं इन सात चदनों में शास्तन्त पूवथक श्रवण का भी हमें दान देंगे। इसके चलए हम आपको धन्यवाद देते हैं। इतना कष्ट पाकि अपनी उपस्तस्थचत देकि हमािी सेवा स्वीकाि कि िहे हैं। इस सेवा के अवसि को हम अपना सौभाग्य समझते हैं, आशीवाथद औि अनुग्रह समझते हैं। इस सेवा के द्वािा गुरु महािाज का आशीवाथद प्राप्त किने के चलए दास आपके सामने है, आशीवाथद देने के चलए नहीं है।

दूसिी बात-आशीवाथद चकसी से चलया नहीं ंजाता। प्रत्येक व्यस्तक् अपने जीवन के कमों द्विा आशीवाथचदत भी होता है, अिौ अचभशाचपत भी होता है। सबसे बडा भिाी, सबल अिौ प्रबल आशीवाथद है चजसके फलस्वरूप आप कहााँ-कहााँ से यहााँ तक पहुाँचे हैं। इसके साथ ही आपकी मेहनत अिौ आपका व्यवहिा है। उससे एक
व्यस्तक् चजतना आशीवाथचदत हो सकता है उतना अन्य चकसी भी आशीवाथद से लाभास्तित नहीं ंहो सकता। अन्य व्यस्तक्यों ंसे प्राप्त होने वाला आशीवाथद भी स्वयं अपने द्विा प्राप्त चकया गया एक आशीवाथद है।

अिौ तीसिी बात यह है चक दुचनया भि के सन्त-महापुरुर्ों ंका आशीवाथद प्राप्त किके भी यचद अपने
जीवन को ठीक चदशा में नहीं ंचलाया तो सब आशीवाथद ना के बिाबि हैं। यचद फूटे घडे में पानी भिने की कोचशश की जाये तो कभी भी भिेगा नहीं, ं ऐसे ही यह आशीवाथद हो जाएगा। आपको क्या-क्या आशीवाथद नहीं ंचमले हैं!

इसका वणथन किने के चलए हमािे पास शब्द नहीं ंहैं। समि जगत् में अग्रगण्य दाशथचनक जगद्गुरु आचद
शंकिाचायथ चजनको पृिी की पृिी - चवश्व-मानवता मानती है, भाितीय, पाश्चात्य देशों ंके सभी मानते हैं, वे • कहते हैं चक मनुष्यत्व प्राप्त किना ही एक बहुत बडा आशीवाथद है, यह साधािण बात नहीं ंहै। अिौ चफि भाितभूचम में जन्म लेना जो पुण्यभूचम है अिौ हमािी मातृभूचम है।

पृिे चवश्व भि में एक हमािा ही िाष्टर अिौ संसृकृचत है, चजसमें कहा गया है चक मानव 'चदव्य' है। मानव का
यह व्यस्तक्त्व गौण है, चकनु्तु मुख्य एवं वािचवक व्यस्तक्त्व चदव्यता है। क्योंचंक उन्ोंनें इसे देखा है, अनुभव चकया है अिौ स्वयं साक्षात् अनुभूचत के आधाि पि यह घोचर्त चकया है। हि जीवािा, हि मानव, व्यस्तक्, पिमािा का
अंश है। पिमािा परिपूणथ चदव्यता का सागि है, उनका अंश होने के किाण आप भी परिपूणथ रूप में चदव्य हैं। आपका चनज स्वरूप, असली चनत्य व्यस्तक्त्व, यह तात्काचलक मानव व्यस्तक्त्व नहीं ंहै। जन्म लेने से पूवथ भी यह व्यस्तक्त्व नहीं ंथा, मृतुयु के बाद भी यह नहीं ंिहेगा। इसचलए यह केवल तात्काचलक मुसाचफ़िी का एक व्यस्तक्त्व है।

जैसे नाटक में कोई व्यस्तक् वेश बदल कि चवशेर् व्यस्तक्त्व की भूचमका अदा किता है। यह भूचमका
चनभाने से पूवथ वह कुछ अिौ था, मंच पि कुछ अिौ बना, अिौ उसके बाद पूवथ में जैसा था वैसा ही बना। इस प्रकाि यह तात्काचलक व्यस्तक्त्व गौण व्यस्तक्त्व है, चनत्य व्यस्तक्त्व आपकी चदव्यता है। सदा-सवथदा, अनाचद-अनन्त काल से आप पिम चपता पिमािा, जो पिब्रह्म कहलाता है, उनके एक अंश हैं।

केवल भाितवर्थ ने मानव व्यस्तक्त्व के बािे में जानकि अनुभव चकया अिौ घोर्णा किके सवथ चवश्व
मानवता को आशीवाथचदत चकया। ये खोज हमािी वैज्ञाचनक खोज है। यह आचवष्काि बाह्य भौचतक जगत् के चवर्य में नहीं ंहै। आप ही का आन्तरिक अचत सूक्ष्माचतसूक्ष्म अव्यक् जो क्षेत्र है, उसका आचवष्काि है। आपके पूवथज शून्य में बहुत आगे गये थे। पृिे के पृिे जगत को देखा, पिीक्षा की, इसमें अस्तन्तम वािचवक चवश्लेर्ण में पाया चक
इस जगत में कोई तथ्य नहीं ंहै।

इसका अल्प उपयोग है, चकनु्तु उच्च प्रयोजन चकसी वि्तु, तत्त्व में नहीं ंहै। जो हि इन्सान चाहता है वह
सुख अिौ शास्तन्त प्रदान किने की क्षमता, सृचष्ट चकये हुए इन वि्तु-पदाथों में नहीं ंहै। कुछ आिाम भी देगा अिौ साथ ही कुछ पिेशानी भी देगा। सभी वि्तुएाँ पहले अच्छी लगती हैं, चकनु्तु बाद में अशास्तन्त का किाण बन जाती हैं।
मानव सुख-शास्तन्त, तृस्तप्त-सन्तोर् चाहता है, दुि्ःख को नहीं ंचाहता। दुि्ःख का अभाव अिौ सुख का अनुभव, यही मानव मात्र की चाहना है।

पशु भी आिाम चाहता है। शीतकाल में ठंडं होती है, तो वह गमी को चाहता है, धूप सेवन किता है। गाय, भैंस, बकिी, कुत्ता, चबल्ली आचद चकसी को भी देख लें-ग्रीष्म ऋतु में कुत्ता भी गंगाजी के थोडे पानी में जाकि खडा हो जाता है। सभी पशु पानी के नजदीक पेड की छाया में चवश्राम किते हैं। सवथसाधािण जीचवत वगथ सभी आिाम चाहते हैं।

चकन्तु ब्रह्मा द्वािा सृचष्ट की गयी चकसी वस्तु में भी स्थायी सुख प्रदान किने की क्षमता नहीं ंहै। भूख लगी, इस संकट को चमटाने के चलए आहाि आपको तात्काचलक तृस्तप्त-सन्तोर् दे सकता है। लेचकन ४-६ घण्टे के बाद दुबािा भूख लग जाती है, सब कुछ अपूणथ है। हमािी संस्कृचत में यह कहा गया है चक यचद तुम परिपूणथ रूप में, सदा के चलए चनत्य-शाश्वत सुख प्राप्त किना चाहते हो तो चनत्य तत्त्व की खोज किनी पडेगी, चजसका स्वरूप केवल अचमचश्रत शतशिः आनन्द स्वरूप है।

'ऐसी कोई वस्तु है, चजसको प्राप्त किके शाश्वत-अनन्त आनन्द में स्थाचपत हो सकें?' वे बोले, 'है! है क्यों ं नहीं, ं जरूि है।' 'कैसे?' 'हम जानते हैं, अनुभव के आधाि पि कहते हैं चक एक ऐसा महान् परिपूणथ चदव्य तत्त्व है, आनन्दम् ब्रह्मेचत प्रजायेत पिमानन्द, चनत्यानन्द, अनन्त, अवणथननीय आनन्द है।' इस आनन्द का वणथन किने की कोचशश से व्यस्तक् हाि जायेगा। पूिी पृथ्वी, पूिे भूमण्डल का एक कागज़ बनाकि चबछा दें, पूिा सागि स्याही बन जाये, चवश्व के चवशाल वृक्ष जो आकाश को छूते हैं, उनकी कलम बना दी जाए तो साक्षात् सिस्वती भी यचद इस अवणथनीय आनन्द को युग-युगान्ति तक चलखने बैठे तो चलख नहीं ंसकेगी, थक कि हाि जाएगी।

आनन्द की अनुभूचत क्या है? स्पष्ट बोलने में कोई शंका नहीं ंहै। हम तकथ नहीं ंदेते, जो जानते हैं, उसी को बोलते हैं। चनत्य तत्त्व परिपूणथ चदव्य तत्त्व है, सत्य है, चशव है, सुन्दि है। इसको प्राप्त किके तुम शहनशाह बन जाओगे। यहीं ंपि आनस्तन्दत हो जाओगे। संसाि का कोई दुिःख, शोक, संकट तुम्हािे पास नहीं ंआ सकता। भाितवर्थ पुण्यभूचम है, आपकी मातृभूचम है। आध्यास्तिक भाित इस स्थूल जगत का चहस्सा नहीं ंहै, जगत से पिे इस जगत की सृचष्ट से पूवथ, एक पिात्पि तत्त्व है।

स्वामी चववेकानन्द जी तीन वर्थ के बाद जब पाश्चात्य देशों ंसे वाचपस आये, तचमलनाडु के एक शहि के पत्रकाि ने पूछा, 'स्वामी जी आपने पूिे भाित के कोने-कोने में बडी, ग्राम, चजला, प्रान्त का भ्रमण चकया, जनता के साथ चमले। भाित की हालत को चजतना आप जानते हैं, उतना औि कोई नहीं ंजानता, आपको सािा अनुभव है। तीन, साढ़े तीन वर्थ आप पाश्चात्य देशों ंमें िहकि आए हैं। वहााँ जाने से पूवथ भाितवर्थ के प्रचत आपके क्या चवचाि थे औि लौटने के बाद भाितवर्थ के प्रचत आपके क्या ख्याल है?' कुछ उद्देश्य िखकि के ही पत्रकाि सवाल पूछते हैं। पत्रकाि ने सोचा होगा स्वामी चववेकानन्द दुिःख-शोक प्रकट किेंगे। पाश्चात्य जगत की जगमग, चकाचौंध को देखकि कहेंगे चक उनकी तुलना में भाितवर्थ कुछ भी नहीं ंहै। भाितवर्थ चपछडा िाष्टर है, गिीब औि अनपढ़ लोग हैं।

स्वामी चववेकानन्द ऊाँचे कद के नहीं ंथे, चकन्तु सीधे तनकि पत्रकाि को कहा, 'आप पूछते हैं मेिा भाितवर्थ के प्रचत क्या चवचाि है? भाितवर्थ के प्रचत मेिा अचत प्रेम औि सम्मान का भाव है। भाितवर्थ केवल मात्र मेिी मातृभूचम ही नहीं ंवित चदव्य भूचम है, पूजनीय है, आिाधनीय है। चमट्टी का कण-कण मेिे चशिोधायथ है।' स्वामी जी बडे चवचािक थे, भावुक नहीं ंथे। कॉलेज के समय में कट्टि नास्तिक चवचािों ंके थे। भगवान् की पूजा, घण्टी, आिती को कुछ भी महत्त्व नहीं ंदेते थे। उनके सहपाठी आस्तिक प्रकृचत के थे चकन्तु स्वामीजी भगवान् की भस्तक् औि चवश्वास को अपनी जोशीली बहसबाजी से खस्तण्डत कि देते थे। सब दुिःखी होकि कहते थे, 'निेन्द्र ऐसे कैसे नास्तिक हो गया है?' ऐसे िि वाला निेन्द्र अब स्वामी चववेकानन्द बनकि पत्रकाि के प्रश्नों ंका उत्ति दे िहा है। ऐसे िाष्टर का नागरिक बनकि हमें पिम सौभाग्य चमला है, हम पूणथरूप से आशीवाथचदत हैं।

इस सप्ताह में आप ऐसा मत सोचना चक हम चकसी नये या अपरिचचत स्थान में हैं, यह आपका आध्यास्तिक घि है। इसके संस्थापक सद्गुरु भगवान्, स्वामी चशवानन्द जी महािाज हैं जो आपके दादा जी हैं।

सूकूलों ंमें पाठ्यक्रम के आधाि पि प्रपंच के बाह्य क्ेषेत्र के चवर्यों ंमें समझाया जाता है। इचतहास, भूगोल, अंकगचणत, सामान्य चवज्ञान, जीव चवज्ञान, भौचतक शास्त्र आचद के बािे में जानकािी देते हैं। उसी को पिीक्षा में चलखना पडता है। आगे कॉलेजों ंमें जाकि एक चवर्य पि चर्ववा से चवशेर् जानकािी दी जाती है। लेचकन अपने जीवन को सम्यक चदशा में ले जाने की जो कला औि शास्त्र है, वह सूकूल, कॉलेज औि परिवाि में से कोई भी नहीं ं चसखाता। लेचकन मैं साधना-सप्ताह में केवल मात्र आपके चवर्य में ही बोलूूँगा। आपके चवर्य में आपको परिचय देना चाहाँगा। जीवन के उदे्देश्य के सम्बन्ध में गहिाई से जानकािी दूाँगा। अन्य चवर्यों ंपि मैं नहीं ंकहना चाहाँगा। क्योंचक अन्य चवर्यों ंकी जानकािी प्राप्त किते-किते आपकी खोपडी थक गयी है। पता नहीं,ं चकतने समय से चकतने चवर्यों ंको मस्तिष्क में भिते आ िहे हो। सामान्य मानव का मस्तिष्क जैसे कम्प्यूटि हो गया है। ज्यादा से ज्यादा इसको भि लेना है। पिीक्षा के समय चदमाग से चनकाल किके सफेद को काला बनाना है, एवं कुछ न कुछ उपाचध को प्राप्त किना है। चकन्तु हजािों ंकी संख्या में बेिोजगािी है। एम.ए., एम.एस.सी के चलए प्राथथनापत्र लेकि इधि-उधि भटकते िहते हैं। चशक्षा प्रणाली में अपने आप को जानने का कोई प्रबन्ध नज़ि नहीं ंआता। यचद हमािे बािे में हमािा ज्ञान शून्य है, औि दुचनया भि का ज्ञान भिपूि है तो वह ज्ञान, ज्ञान नहीं ंहै। इसको कहते हैं, 'दीपक तले अंधेिा'।

ऐसी परिस्तस्थचत में आपके अन्दि समस्या, उलझन, झमेला, तनाव आ गया तो आपको मालूम नहीं ंहै चक कैसे इसका मुकाबला किें, कैसे हल चनकालें। न तो आपने समझने की कोचशश की औि न ही चकसी ने आपको समझाया। ऐसी परिस्तस्थचत में आप असहाय हो जाते हैं, भ्रचमत हो जाते हैं, मालूम नहीं ंपडता क्या किना चाचहए। प्राचीन काल के एक दाशथचनक ने कहा है-मानव के अध्ययन का महानतम चवर्य मानव स्वयं ही है। इनसान के चलए सबसे बडा, अत्यन्त महत्त्वपूणथ एवं अचनवायथ चवचाि क्या है? इनसान के चलए अपने बािे में जानकािी िखना औि उसे समझना एक महत्त्वपूणथ चवद्या है। ज्ञान से आदमी जानकाि बनता है, चकन्तु जानकािी से समझदािी नहीं ं आती। ज्ञान की असली शुरुआत तब है, जब आदमी खुद को समझने लगता है।

हााँ, इतना तो है चक सामान्य चवज्ञान, आहाि चवज्ञान, जीवकोर् चवज्ञान के बािे में थोडी बहुत जानकािी होनी चाचहए। क्योंचक अन्ट-शन्ट चीज खाने से अपच हो जाता है, गैस रुक जाती है, पेट खिाब हो जाता है तो वैद्य, हकीम, िॉक्टि के पास जाना पडता है, जा कि कहते हैं, 'िॉ. हमें बहुत पीडा हो िहा है, सहन नहीं ंहो िहा है।' हमें इतना भी तजुिबा-अनुभव नहीं ंहै चक इस पीडा से स्वयं को कैसे मुक् किें। हमें अपनी प्रकृचत के बािे में मालूम नहीं ंहै, अनुकूल आहाि के बािे में पता नहीं ंहै। कैसा चकतना आहाि खाने से हम आिाम से स्वपाचन कि सकते हैं, यह सब सोचने-समझने की कोचशश नहीं ंकिते।

चिा बात चकसी ने हमािे बािे में बोल चदया तो अशास्तन्त, व्याकुलता हो जाती है। खाने की इच्छा नहीं ंहोती, िात में चनंदा नहीं ंआती, उचद्वग्न हो जाते हैं। अन्दि की मशीनिी पि इसका इतना प्रभाव पडता है चक उचद्वग्न हो जाते हैं। 'उचद्वग्न क्यों ंहो जाते हैं, इसको समझ किके, सामना किके क्या मैं अपने आप में सफल नहीं ंहो सकता हाँ?' यह सोचने की कभी कोचशश ही नहीं ंकी। मौचलक मनोचवज्ञान को अपने आप सीखना चाचहए। सूकूलों ंमें ये सब नहीं ंहैं औि न ही घि में कोई समझाने वाला है। न माता-चपता ही समझाते हैं, वह अपने काम-धन्धे में फाँसे हुए हैं। अपने आपको जानना जीवन में एक केन्द्रीय स्थान िखता है।

बाहि औि अन्दि के बािे में दो कायथ-प्रणाचलयााँ हैं। चफ़चजकल औि बायोलौचजकल। एक शिीि के बाह्य अंगों ंसे सम्बंचधत है, दूसिी आन्तरिक अंगों ंसे, जैसे कलेजा, मस्तिष्क, पेट, आाँतें, चजगि इत्याचद कैसे काम किते हैं। चफचजकल है, बाह्य शिीि चवज्ञान औि चफचजयोलोजी शिीि के आन्तरिक कोर्ों ंकी कायथ-प्रणाली जो अन्दि

चल िही है, अन्दि चछपी है। इन दोनों ंचवज्ञानों ंकी जानकािी के साथ तीसिा साइकोलॉजी, अथाथत् मन का चवज्ञान है। २४ घण्टे यह मन अपने अन्दि मनमाने रूप से काम किता है, उसे कोई िोक नहीं ंसकता। उसके बािे में भी समझ होनी चाचहए। आप चनिा किने के चलए जाते हैं, सो जाते हैं, तब भी इस मशीनिी का वेग, इसकी गचत समाप्त नहीं ंहोती। बाह्य प्रपंच जब अदृश्य हो जाता है, तब यह आन्तरिक प्रपंच को खडा किके, आपको वहाँ पि
इधि-उधि ले जाता है। इसमें मन सचक्रय िहकि चवचचत्र अनुभव देता है, चजसे स्वप्नावस्था कहते हैं। बाहि की चनिा भी आ गयी, स्वप्न भी खि हो गया, तब जाकि के आप गाढ़ चनिा की अवस्था, सुरुुस्तप्त में पहुँचते हैं। सविा होते ही सािा कायथ व्यापाि चफि चालू हो जाता है, इसचलए थोडा बहुत इसके बािे में समझ पाने की आवश्यकता है।
आवश्यकता क्यों ंहै?

मानव समुदाय में एक अच्छा व्यस्तक् बनकि कायथ किना है, तब यह समझ आपको आवश्यक है, 'मेिे अन्दि क्रोध आया, इसको कैसे चनकाल सकता हाँ? मेिे अन्दि चकसी के प्रचत द्वेर्-घृणा का भाव आया, उसका कैसे चनमूथलन किके मुक् हो सकता हाँ?' इसको समझ कि, अपनी मालचकयत को जानकि अपने व्यस्तक्त्व में चकसी का गुलाम बनकि नहीं ंिहना है। अपने ऊपि आपका अचधकाि तभी होगा जब आप स्वयं पि चनयंत्रण कि सकेंगे। पेट भिके खाना खा चलया, चकन्ुतु चजह्वा औि भी खाने की इच्छा कि िही है, तब यह चवचाि किना चक नहीं ं यह हमािे चलए बाधा किेगा, चजह्वा की मैं नहीं ंमानूाँगा। अपनी बुस्तद्ध चववेक की बात मानकि खाना बन्द करूाँगा। ऐसे चमताहािी, संयमी सदा सुखी िहते हैं। चजसके अन्दि संयम नहीं ंहै, वह मन की चाल औि इस्तन्द्रयों ंकी गचत को नहीं ंसमझता, उसकी आड में अचत किके अपने आप को संकट में डाल देता है। अपने स्वास्थ्य को खिाब कि लेता है।

इसचलए मानव के चलए शािीरिक चवज्ञान, शिीि के आन्तरिक चवज्ञान औि मनोचवज्ञान को समझना अत्यन्त आवश्यक है, अचनवायथ है, मुख्य है। एक आदमी के अन्दि यचद स्वाथथ आकि अड्डा जमाता है, तो उस में अहंकाि औि अचभमान आ जाता है। उसकी बाहि सबके साथ टकिाहट िहती है। जो सामंजस्य के चबलुकुल चवपिीत है। समाज में १०-२० आदमी के साथ िहना है, जंगल की बात नहीं ंहै। अपने स्वाथथ को छोडकि सबका चचन्तन किना है। मेिे जैसे औि भी हैं, जैसे मैं अपने चहत चाहता हाँ, वैसे ही दूसिे भी अपने चहत चाहते हैं। सबके अनुकूल बन कि, सबसे समिय किके चलना चाचहए। हमािे चलए भी अनुकूल हो, दूसिे के चलए भी प्रचतकूल न हो, ऐसा बताथव किना चाचहए।

पिस्पि का व्यवहाि, चवज्ञान भी है, कला भी है। इसको सीख कि जो आदमी व्यवहाि क्षेत्र में कायथ किता है उससे सबको सुख-सुचवधा औि सुकून चमलता है। उनके िहने से वाताविण-पयाथविण सुखी हो जाता है, यही इन्साचनयत है।

मैं आपको चनकट पूवथ इचतहास के मागथ में ले जाना चाहता हाँ। इसको स्मृचत की पगडंडी कहो या गली कहो । आप सब चटहिी गढ़वाल, उत्तिकाशी, देहिादून आचद चवचभन्न स्थानों ंके कॉलेजों ंसे आए हुए हो। चटहिी-गढ़वाल चजला था ही नहीं, ं भाितवर्थ में चब्रचटश साम्राज्य का यह चहस्सा नहीं ंथा, उससे बाहि था। चटहिी गढ़वाल िाजघिाने के क्षेत्र में था। लक्ष्मणझूला भी ऐसा नहीं ंथा, एक औि लकडी से बना हुआ था। आदमी बििीनाथ की यात्रा के चलए अपना बोझा अपने कन्धों ंपि ले जाता था। गंगोत्री, यमुनोत्री, केदािनाथ, बििीनाथ जाने के चलए बस, टैक्सी आचद नहीं ंथीं, ं हरिद्वाि से ही पैदल यात्रा किनी पडती थी।

सन् १९२३ की बात है, दचक्षण भाित का जन्मा एक अच्छा चलखा-पढ़ा व्यस्तक् युवावस्था में डॉक्टि की उपाचध प्राप्त किके ज्ञान हाचसल कि, अपने कायथ हेतु भाित छोडकि मलाया चसंगापुि गए। उस समय यह सब चब्रचटश साम्राज्य के अन्तगथत था। मलाया जाकि ११-१२ वर्थ पूणथ अचपथत होकि डॉक्टि का कायथ बडी हमददी से चकया। डॉक्टि साहब की करुणा, दानशीलता, उदािता, संवेदनशीलता औि धमथपिायणता असीम, असाधािण

एवं अनूठी थी। करुणामय हृदय होने से लोगों ंका ददथ सहन नहीं ंकि सकते थे। २४ घण्टे, ित-चदन उनकी सेवा किते ि हते थे। लोग उस समय उनको उनके नाम से नहीं ं पुकािते थे, उन्हें 'ॉक्टि धमथभूर्ण' कहते थे। गुरुदेव का पूवाथश्रम का नाम ॉक्टि कुपुपु स्वामी था, वे ऐसे धाचमथक प्रकृचत के थे। २४ घण्टे उनके घि ताला-चाबी नहीं ंिहता था, सबके चलए उनका द्विा खुला िहता था।

लेचकन भगवान् उनसे अन्य क्षेत्र में कायथ किवाना चाहते थे। ११-१२ वर्थ की प्रैस्तक्टस के बाद उनको महान् वैिाग्य उत्पन्न हुआ। बडी अद्भुत िीचत से अपनी प्रैस्तक्टस, पैसा, भचवष्य को चतलाञ्जचल देकि अत्यन्त वैिाग्य के साथ, मुमुकुषु-साधक बनकि भाितवर्थ में आ गये। नाचसक, वािाणसी, इलाहाबाद होते हुए हरिद्विा, ऋचर्केश, उत्तिाखण्ड की तिफ प्रस्थान चकया। सन् १९२३ में कुछ समय ऋचर्केश िामनगि में िहे, जहााँ पि आजकल आई.िी.पी.एल है। १९२४ में गंगा जी में भयंकि बाढ़ आने से लक्ष्मणझूला बह गया। गुरुमहािाज िामनगि को छोड, नाव द्विा गंगा पाि कि स्वगाथश्रम में जाकि बसे। १९२४ से १९३४ तक अखण्ड रूप से अत्यन्त कचठन तपस्या, चतचतक्षा, योगाभ्यास, मौनव्रत धािण किके बािह-बािह, सोलह-सोलह घण्टे तक ध्यान में बैठते थे। क्षेत्र से चभक्षा में सूखी िोटी-दाल लेकि आते थे। ध्यान को छोडकि उन्हें क्षेत्र में जाना अच्छा नहीं ंलगता था। भजन-भाव में चवघ्न आता था। क्षेत्र में चभक्षा के चलए लाइन लगती थी। जब सब साधु क्षेत्र से चभक्षा लेकि चले जाते, तब अन्त में जाकि मैनेजि को कहते, 'यचद चभक्षा ज्यादा बच गई है तो हमें दे दो।' मैनेजि कहता, 'हााँ, हााँ, ले जाओ।' बचा भोजन वैसे भी गाय, कुत्ते, बन्दिों ंको देना पडता।

ॉक्टि थे, एक घण्टा सेवा का काम किते थे। क्षेत्र से िोटी ले जाकि ऊपि चकसी आले पि िख देते। ३ चदन कुचटया से बाहि नहीं ंआते थे। भूख लगने पि िोटी को कमण्डल में चूि कि गंगा जल में चभगो देते थे। निम हो जाने पि अपनी कुषुधा चनवृचत्त कि लेते थे, औि गहिे ध्यान में बैठ जाते थे। क्षेत्र में आने-जाने से चवक्षेप औि समय बबाथद होता था। भजन, ध्यान, तपस्या किके 'आत्मज्ञान' को प्राप्त चकया। उस अवणथननीय अवस्था को प्राप्त किके भिपूि मगन हो गए।

पहले से ही सदैव अपने हृदय में दूसिों ंके चहत के चलए ही सोचते थे, कैसे उनकी सेवा करूाँ, कैसे उन्हें सुखी बनाऊाँ। चवश्वप्रेम, पिोपकाि की भावना उस समय में भी उत्पन्न हुई। चजस आनन्द, शास्तन्त को मैंने प्राप्त चकया है, इस अनुभव को केवल अपने अन्दि ही न िखूाँ बस्तल्क सबको बााँटूाँ, ऐसा सोच कि दुचनया को सम्बोचधत किके सब बााँट चदया। उस समय यह आश्रम, यह संस्था नहीं ंथी।

१३ जनविी १९३६, मकि संक्रास्तन्त के चदन चदव्य जीवन संघ की स्थापना हुई। स्थापना के बाद उनका एकमात्र उद्देश्य िहा चक आधुचनक जगत की दुचनया को, भाितीय आत्म-बन्धुओं ंको मागथ दशथन देकि उनका जीवन साथथक बनाएाँ, शुभ बनाएाँ। हि एक आदशथ व्यस्तक् बनकि समाज को लाभास्तित किे, उनके िहने से मानव समाज की मूल्यता बढ़ जाये। अपने चलए भी सुखी जीवन हो औि अपने द्विा दूसिों ंका भी जीवन सुखी हो।

एक बात मैं कहाँगा, सफल जीवन की बुचनयाद सचरित्र, सदाचिण में है। मनुष्य औि पशु में अन्ति ज्ञान का है। ज्ञान चवहीन मानव पशु तुल्य है, ज्ञान को प्राप्त चकया तो पशु से श्रेष्ठ है। मैं कहता हाँ, ज्ञान-सम्पन्न मानव भी हो, लेचकन चरित्र चवहीन है, तो वह पशुओं ंसे भी नीचे चला जाएगा, िाक्षस हो जाएगा। क्योंचक वह ज्ञान का दुरुपयोग किेगा, दूसिों ंकी चहंसा किेगा, पीडा देगा।

आजकल बहुत चतुिाई का ज्ञान आ गया है चजससे बुस्तद्ध, दुबुथस्तद्ध हो गयी है। मानवता को इतना पिेशान कि सकते हैं, सोच भी नहीं ंसकते, योजनाबद्ध अपिाध किते हैं। आप जानते हैं, पाश्चात्य चवज्ञान से हमािा भूगोल चकतना अचभशाचपत हो गया है। चवज्ञान की पिाकाष्ठा पि पहुाँच कि पूिे के पूिे मानव समुदाय को चवनाश के कगाि पि खडा कि चदया है।

गुरुदेव ने संस्था को बनाकि सदस्यता के चनयम िखे। इसमें वणथ, िाष्टरीयता, शैक्षचणक योग्यता, सामाचजक परिस्तस्थचत, जाचत, सम्प्रदाय, स्त्री, पुरुर् का कोई भी सवाल नहीं ंहै, तुम कहीं ंसे भी हो, कोई बाधा नहीं ंहै। चनयम यह पालन किने हैं, 'मैं शपथपूवथक चलख कि देता हाँ चक, (१) मैं अपने जीवन में सत्य पियाण हिाँगा। (२) अचहंसिाक व्यवहिा िखूाँगा, चकसी की चहंसा नहीं ंकरूाँगा। (३) मेिा चरित्र-आचिण पचवत्र िहेगा, काया वाचा मनसा मैं पचवत्र िहाँगा। मुझे चदव्य जीवन संस्था का सदस्य बनाइये।' बस इतनी ही शतें हैं-सत्य, पचवत्रता, करुणा-यह शपथ लेने पि संस्था में आने के चलए स्वागत है। ये शतें क्यों ंिखीं ं? सवथधमथ का यह सािभूत तत्त्व-सािामृत यह तीन महान् चदव्य सगुण हैं। आपके उज्ज्वल ज्ञानी पूवथजों ंने आपको कहा है,

'यचद मोक्षचमच्छचस चेत् तात चवर्यान् चवर्वत् त्यज, ब्रह्मचयथम् अचहंसा ब्रतम् सत्य पीयूर्वत् भज।' पचवत्रता, सत्यपियणता औि अचहंसा को अमृत तुल्य समझकि अपनाओ, आचिण में उतािो। १९३६ से १९६३ तक गुरुदेव स्वयं संस्थापक बनकि संस्था का संचालन किते आये हैं। १४ जुलाई १९६३ को अपना कायथ समाप्त किके, जहााँ से आए थे, वहीं ंमहासमाचध लेकि लीन हो गये हैं। यह उनका पुण्यचतचथ आिाधना चदवस है। १४ जुलाई अंग्रेजी तािीख से नहीं ंमनाते हैं, गुरुपूचणथमा के बाद ९वें चदन महोत्सव मनाते हैं।

गुरुदेव बडे उदाि पुरुर् थे, बडे प्रसन्नचचत्त-बडे प्रसन्नचचत्त ! कोई भी उनसे प्रथम बाि चमलकि १-२ चमनट बात कि लेता तो उनको ऐसा लगता था चक वह उनको जन्म से ही जानता है। इतना सम्मोहन था, एकिाकता थी। ४-५ चमनट के बाद उनसे चवदा होने का समय आ गया तो बस अचविल आाँसू बहते थे। चवश्व मानवता के साथ अपनत्व एवं आध्यास्तिक एकता थी, बडे अद्भुत पुरुर् थे। आप जो कुछ भी अभी प्राप्त कि िहे हैं, सब उनकी ही देन है। हम केवल मात्र उनके चदव्य चिणों ंके सेवक है, सेवा का सौभाग्य हमें प्राप्त है।

इस वक् पिम चपता पिमािा से प्राथथना किता हाँ चक उनके चदव्य अनुग्रह की वर्ाथ आप सब पि हो। हमािे भगवद् तुल्य गुरु महािाज स्वामी चशवानन्द जी चवश्व प्रेमी, चवश्व सेवक, चदव्य देवता पुरुर् अब भी अदृश्य रूप में चविाजमान हैं। उनका स्नेहमय आशीवाथद अब भी बना हुआ है, आगे भी बना िहेगा।

आपका आदशथ जीवन हो, भचवष्य उज्ज्वल हो! आपके आदशथ जीवन द्वािा हमािा चप्रय भाितवर्थ लाभास्तित हो! वतथमान भाितवर्थ के ऊपि ग्रहण धूचमलता आयी हुई है, उससे मुक् किने में आपका सबल-सक्षम सहयोग हो। आप भाितवर्थ के छात्र हैं, चनकट भचवष्य की आप ही प्रजा हैं। भाितवर्थ का ऐश्वयथ खस्तण्डत पदाथों में, सोना-चााँदी, हीिा-नवित्न में नहीं ंहै, आप लोगों ंसे है। आपके चदव्य व्यस्तक्त्व से ही भाित लाभास्तित होगा, चनकट भचवष्य ऐश्वयथशाली होगा। यह सौभाग्य आपको प्राप्त है, इसका सदुपयोग किके भाितवर्थ के उद्धािक बनें। गुरुमहािाज आपको आशीवाथद दें। पिम चपता पिमािा की उपस्तस्थचत में हम सब एकचत्रत हुए हैं, उनका अनुग्रह आप पि हो!

हरि ॐ तत् सत्।

२.आदशथ जीवन

('भावनगि, गुजिात में १९ माचथ, १९८७ को चदया गया प्रवचन')

उज्ज्वल आि स्वरूप, पिमचपता पिमाि की चदव्य अमि सन्तान !

भावनगि में स्तस्थत स्थानीय 'चदव्य जीवन संघ चशशु चवहाि' के प्रांगण में यह सुन्दि ज्ञान यज्ञ सम्पन्न हो िहा है। इस ज्ञान यज्ञ में उपस्तस्थत श्रोतागण के रूप में मुमुकुषु, चजज्ञासु, भगवद् पे्रमी, धमथ चनष्ठ सज्जन सत्संगी, आप सब चदव्य अमि आिाओं की सेवा में छोटी आहुचत अपथण किने जा िहा हाँ। आपके ह्रदय रूपी मस्तन्दि में अन्ति:स्तस्थत जो प्रभु हैं, उनके चिणों में भ्रातृभाव एवं सादि पे्रेम के साथ, आिाधना के रूप में यह आहुचत पहुाँच जाये, स्वीकाि हो जाये, यही प्राथथना है। हमािा भाितवर्थ बहुत चवचचत्र, चवचशष्ट, अनोखा औि अद्भुत देश है औि हमेशा िहेगा। इचतहास के पूवथ प्राचीन वेदों के युग में महचर्थयों ने चवश्व जीवन एवं मानवता के पीछे एक गूढ़ अचनवथचनीय िहस्ययुक् तत्त्व को बताया है, जो देशकाल से पिे, अनाचद, अनन्त एवं चवचचत्र है। जहााँ मन नहीं पहुाँच सकता, वाणी नहीं पहुाँच सकती, चजसे बुस्तद्ध नहीं ग्रहण कि सकती। उस पिात्पि तत्त्व को उन्होंने अनुमान लगाकि नहीं खोजा है, बस्तल्क अद्भुत अनुभूचत के रूप में प्राप्त चकया है। इस अनुभूचत द्वािा चवश्व-जीवन के िहस्य उनके सामने खुली चकताब जैसे बन गये। वे चत्रकालज्ञ बन गये, उनके ज्ञान से कोई चीज़ चछपी नहीं थी अथाथत् वे सवथज्ञ बन गये।

इस समूपूणथ ज्ञान को प्राप्त किके उन्ोंनें चवचचत्र, अद्भुत अतुल्य बात को कहा, 'हे मानव! तुम तो अमि अिा हो। अभी तक तुम स्वप्न में िहे, भूल में िहे चक मैं जन्म-मृत्यु के साथ िहने वाला एक छोटा-सा क्षुद्र व्यस्तक् हाँ। नहीं–नहीं–नहीं। तुम्हािो चलए न जन्म है, न मृत्यु है। तुम तो एक अमि अिा तत्त्व हो। देश काल, नाम रूप से पिे हो!'

अजो डनत्यः शाश्वतोऽयं पुिाणो
न हन्यते हन्यमाने शिीिे।। (गीता /२-२०)

उन्ोंनें आपको आपके बोध में ज्ञान चदया, जागृचत दी, 'देखो यिो आप एक ऐसा अद्भुत तत्त्व हो चजसे अस्त्र-शस्त्र घायल नहीं कि सकते, अचग्न दहन नहीं कि सकती, पानी चभगो नहीं सकता, पवन सुखा नहीं सकता। तुम अजि, अमि, अचवनाशी, चनत्य-शुद्ध, चनत्य-बुद्ध, चनत्य-परिपूणथ अिा तत्त्व हो। ऐसा होने से तुम्हािो चलए शोक कहााँ से आया? चचंता कहााँ से आयी ? भय कहााँ से आया ? बन्धन का कोई प्रश्न ही नहीं है।' उन्ोंनें अपनी स्वयं की अनुभूचत के आधाि पि ऐसे यथाथथ सत्य को हमािो समक्ष प्रकट कि चदया है। वे पािात्य दाशथचनकों की तिह बहुत गहिे चचंतन औि तकथ आचद के आधाि पि इस चनष्कर्थ पि नहीं पहुाँचे हैं। ऐसा नहीं है, चक पािात्य देशों में पिात्पि सत्ता का अनुभव किने वाले सन्त नहीं हुए हैं, वहााँ भी कचतपय हैं, कोई-कोई हैं। हमािो यहााँ इस अनुभूचत को प्राप्त किना प्रत्येक मानव का मुख्य कतथव्य है। 'इसका अनुभव किने पि ही मानव जीवन साथथक है, अन्यथा उसका जन्म व्यथथ है,' चनभथय होकि ऐसी घोर्णा की है। अज्ञान अन्धकाि के बन्धन में जन्म लेना, उसी अज्ञान-अन्धकाि में जीवन भि िहना औि उसी अन्धकाि में मि जाना, यह जीवन नहीं है, चधक्काि है ऐसे मानव जीवन को। भगवान् ने मानव को चवचाि एवं बुस्तद्ध-शस्तक् दी है, उसका सदुपयोग किके अज्ञान के अन्धकाि से बाहि आकि ज्ञान के प्रकाश में आना है। बन्धन की जंजीिों को तोडकि, जीवन्मुक् बन कि नहीं गया तो हीिे जैसे जीवन को व्यथथ खो चदया। 'महती चवनचष्ट!' इससे बढ़कि कोई चवनाश नहीं है।

श्रुचत-स्मृचत में, बडे-बडे महापुरुर्ों ने, जगद्गुरु आचद शंकिाचायथ जी ने कहा है, 'हे मानव! तुम केवल मानव नहीं हो, तुम चदव्य हो, तुम देवता हो। उस अनाचद, अनन्त, असीम सत्ता के तुम अंश हो। अनन्त सस्तच्चदानन्द सागि की तुम एक लहि हो। उस अनन्त पिम ज्योचत स्वरूप पिमात्मा की चदव्य उज्ज्वल ज्योचतमथय चकिण हो।' ऐसा दशथन एवं अनुभूचत केवल भाितवर्थ में है, अन्य संस्कृचतयों में नहीं है।

मानव की चदव्यता को अनुभव किके मानव मात्र के कल्याण के चलए 'शृण्वन्तु सवे अमृतस्य पुत्राः!' सम्बोचधत किके घोचर्त चकया, 'हे मानव ! तुम्हािा जीवन भगवद् साक्षात्काि के चलए है, अन्य चजतने भी लक्ष्य हैं, सब गौण हैं। मुख्य लक्ष्य, पिम पुरुर्ाथथ, चजसको प्राप्त किने से ही जीवन परिपूणथ होगा, वह क्या है? भगवद् साक्षात्काि है, चदव्य अपिोक्षानुभूचत है, आत्म ज्ञान है, ब्रह्मज्ञान है। उसको प्राप्त किके सवथ दुःख चनवृचत कि सकते हो। पिमानन्द प्रास्तप्त, चनत्य तृस्तप्त, कैवल्य मोक्ष साम्राज्य की अवस्था को प्राप्त किना तुम्हािा जन्म चसद्ध अचधकाि है। इस अचधकाि को भूलकि क्षचणक सुख के पीछे पागलों की तिह इधि-उधि भटकते हो। चकतनी शोचनीय दशा है, चकतनी अफसोस की बात है। उठो, जागो, अपने जीवन की अमूल्यता को देखो, पहचानो। मोती-हीिे जैसे जन्म को व्यथथ नहीं खोना चाचहए। 'उचत्तष्ठत ! जाग्रत ! प्राप्य विान्निबोधत्।' बहुत सािा चला गया है, जो कुछ बचा हुआ है उसका अच्छी तिह सदुपयोग किके धन्य बन जाओ।' ऐसी चेतावनी, घोर्णा औि ऐसा सम्बोधन भाितवर्थ की सवथश्रेष्ठ चवशेर्ता है। पािात्य संस्कृचत, अन्य समुदायों में ऐसी घोर्णा नहीं चमलेगी।

सौभाग्य से हम भाितवर्थ की प्रजा हैं। हमािी इस मातृभूचम के पूवथजों ने केवल मात्र पिात्पि तत्त्व की घोर्णा किके इसे नहीं छोड चदया है, उसको प्राप्त किने का तिीका भी श्रुचतयों, उपचनर्दों, वेदान्त के माध्यम से उदाहिणों से, न्याय से, दृष्टान्तों से बताया है। ब्रह्म चवद्या मस्तिष्क से पकडने वाली चीज़ नहीं है। चजस अनुभूचत को

प्राप्त किके वे धन्य, आप्तकाम, कृत-कृत्य हो गये हैं, उसी अनुभूचत को क्रमबद्ध वैज्ञाचनक रूप से, भगवद् साक्षात्कािा प्राप्त किने के चलए आपके विो चवचवध प्रकिा के शास्त्र बनाये हैं। गुरुदेव बोलते थे चक एक ही प्रकिा का कोट-पैन्ट चमस्टि स्तस्मथ औि चमस्टि जॉन हिबटथ के चलए पूिा नहीं ंहोगा। कोई मोटा होगा, कोई पतला होगा, कोई लम्बा होगा, कोई चठगना होगा, उसी के अनुकूल कपडे को बनाना पडता है।

कुछ लोग कहते हैं चक आपके सत्य सनातन वैचदक धमथ में घोटाला है। कई सम्प्रदाय शैव, वैष्णव, शाक् आचद हैं। चकन्तु नहीं, ं ऐसा नहीं ंहै, उसके पीछे एक महान उद्देश्य है। प्रत्येक व्यस्तक् में रुचच का, क्षमता का वैचचत्र्य है, उनका तातम्य बैठाने के चलए चवचवध प्रकिा के सम्प्रदाय एवं साधनाएँ हैं। भगवान् की दृचष्ट में सब एक हैं। पिमानन्द एवं पिम शास्तन्त के भण्डिा से कोई वचित न िह जाये, इस चलए प्रत्येक मानव के चलए उचचत, सहाय-प्रद एवं सुलभ-साध्य मागथ बताये हैं। जैसे नािद भस्तक् सूत्र, शांचिल्य भस्तक् सूत्र, प्रेम मागथ का शास्त्र, भस्तक् योग शास्त्र, ज्ञान योग शास्त्र-वेदान्त चवचािा मागथ, महचर्थ पतञ्जचल के अष्टांग योग-सूत्र द्वािा ध्यान योग का शास्त्र इत्याचद। स्वयं भगवान् व्यास जी ने ज्ञान योग के चलए ब्रह्म सूत्र, वेदान्त सूत्र शास्त्र बनाया, कुण्डचलनी योग शास्त्र, जपयोग साधना द्वािा भगवद् प्रास्तप्त। चैतन्य महाप्रभु ने कीतथन का महत्त्व बताते हुए कहा चक केवल मात्र कीतथन से ही भस्तक् मुस्तक् प्राप्त कि सकते हैं, 'कलौ केशव कीतथनादेव मुक् संगो भवेत।' गुरुदेव ने, हमािा अन्दि योगाभ्यास सहज रूप में एवं अनायास ही आ जाये, इसके चलए सभी योगों ंपि सिल ढंग से एवं चवस्ताि से चलखा है। हमािे पूवथजों ंने उस पिम तत्त्व को प्राप्त किने के चलए प्रत्येक व्यस्तक् के चलए एक जीवन प्रणाली बनायी है चजसे वणाथश्रम-व्यवस्था कहते हैं, इसमें चािों ंवणों एवं चािों ंआश्रमों ंके सम्बंध में बताया गया है।

प्रथम आश्रम को ब्रह्मचयथ आश्रम कहते हैं। जैसे इमाित के चलए बुचनयाद से ज्यादा कोई मुख्य चीज नहीं ं है, वह चदखाई नहीं ंदेती, जमीन के अन्दि नीचे दबी िहती है, चकन्तु नींवं चजतनी मज़बूत होगी इमाित भी उतने लम्बे समय तक चटकी िहेगी, इसी तिह इस ब्रह्मचयथ अवस्था अथाथत् चवद्याथी जीवन में भौचतक चवद्या, धमथ शास्त्र औि पिा चवद्या का अच्छी तिह से अभ्यास कि लेना चाचहए चजससे अन्य अवस्थाएँ भी उत्तम तिीके से चबता सकें। प्रपंच हमें अनथथ में न ले जाये, ठीक चदशा में जायें, सुख को साध लें, दु:ख-संकट में जाकि नहीं ंपहुँचें, इसके चलए आध्यास्तिक चवद्या, उपचनर्द्, श्रुचत-स्मृचत, पुिाण, वेदान्त, भागवत, भगवद्गीता आचद का अभ्यास प्रथम अवस्था में कि लेना चाचहए। यह युवावस्था बडी चंचल होती है, 'ब्रह्मचािी शतिः मकथट' अथाथत् ब्रह्मचािी सौ बन्दिों ंके बिाबि है। गुरुमहािाज कहते थे चक मन बडा शैतान है, उसके फन्दे में फँस जाने से तुम बबाथद हो जाओगे। इस मन पि चनयन्त्रण किने का एक ही उपाय है, सदा उद्यमी िहो। पुरुर्ाथथ में लगन लगाये िखो। खाली मत िहो, खाली मन शैतान का कािखाना है।

ब्रह्मचयथ अवस्था में गुरु अपने चवद्याचथथयों ंको २४ घण्टे चकसी न चकसी कायथ में लगाए िखते थे, जैसे पाठ पूजन किना, यज्ञ के चलए सचमधा लाना, गुरु पत्नी की सेवा शुश्रूर्ा किना आचद आचद। चकसी भी प्रकिा का अवकाश नहीं ंिहने से जीवन अपने आप संयमी बन जाता था। प्रथम आश्रम में युवकों, ं चवद्याचथथयों ंके चलए बुचनयाद रूप से उत्तम चरित्र की बहुत मचहमा है। सदाचािी जीवन, आज्ञापालन, चन:स्वाथथ सेवा, इस्तन्द्रय चनग्रह आचद उत्तम चरित्र के चलए जरूिी हैं औि इससे आगे आने वाली तीनों ंअवस्थाओं ंका भी प्रबन्धन हो जाता है। १०-१२-१५ वर्थ के बाद गुरुकुल से चनष्णात होने के बाद यह ब्रह्मचािी, एक आदशथ गृहस्थ बनने के योग्य बन जाता है।

चवद्याचथथयों ंको मैं चवशेर् रूप से कह िहा हाँ चक शास्त्रों ंमें ब्रह्मचयथ का धमथ, गृहस्थ का धमथ, वानप्रस्थ का जीवन, यती-संन्यासी का जीवन, सबका चवविण चदया है। मनुस्मृचत में, पिाशि स्मृचत में, पुिाणों ंमें बहुत सािी बातों ंका चवस्ताि से वणथन चकया गया है। महाभाित, िामायण में सम्भार्ण के द्वािा कई प्रसंगों ंमें चवचवध आश्रमों, ं चवचवध वणों के क्या-क्या धमथ है, सब बताये हैं। चािों ंवणों का क्या धमथ है? िाजा का क्या धमथ है, प्रजा का क्या धमथ है? बालकों ंका माता चपता के प्रचत क्या धमथ है ? पचत का पत्नी के प्रचत औि पत्नी का पचत के प्रचत क्या धमथ है? यह सब बताया गया है। आपको यह जानना चाचहए।

दूसिी चीज है, 'धमाथथ काम मोक्षाणामिोग्यं मूलमुत्तमम्' ििशी एक यन्त्र है इसमें बलपुचष्ट होनी चाचहए, नहीं ंतो चकसी भी क्षेत्र में कुछ भी प्राप्त नहीं ंकि सकेंगे। स्वास्थ्यप्रद अभ्यास किते िहना चाचहए। सबेिे जल्दी उठना, ठण्डे पानी से स्नान किना, आसन-प्राणायाम आचद किना, सूयथ नमस्कािा किना, ििशी को वज्रकाय बनाना एवं बल पुचष्ट के साथ आिोग्य बनाये िखना। यह अचत आवश्यक है।

तीसिी चीज, चवद्या अभ्यास किना है, इसमें भौचतक चवद्या भी आ जाती है। जीवन यापन के चलए कोई हुनि व्यापाि, उद्योग आचद किना। क्षचत्रय के चलए अस्त्र-शस्त्र धनुचवथद्या आचद का अभ्यास। चजस भी क्षेत्र में जाना है, उस चवद्या में पािंगत होना है।

ज्ञान की प्रास्तप्त, ििशी में आिोग्य, बल आिौ पुचष्ट की प्रास्तप्त, सवोत्तम पचवत्र आदशथ चरित्र की प्रास्तप्त, इन तीनों ंको प्राप्त किके जब ब्रह्मचािी दूसिे आश्रम में प्रवेश किेगा तो उसकी शोभा बढ़ायेगा एवं भद्दा कलंक नहीं ं लगायेगा। सचरित्र होने से सन्तान भी संस्कािी होगी। स्वस्थ ििशी होने से हृष्ट-पुष्ट सन्तान होगी। माँ-बाप दोनों ं बीमाि हों,ं प्रत्येक सप्ताह में इन्जेक्शन लगाना पडता हो तो बालक भी िोगी के रूप में जन्म लेगा। यह भाितीय संस्कृचत का आदशथ नहीं ंहै।

गृहस्थ धमथ का शास्त्रों ंमें बहुत चवस्ताि पूवथक वणथन चकया गया है, चकन्तु मैं चाि बातों ंपि आपका ध्यान केस्तन्द्रत किता हाँ। उदाहिण के चलए-एक लडकी चकसी भी परिवाि में, कहीं ंभी िही, लडका दूसिे परिवाि में कहीं ं भी िहा। वे एक दूसिे से परिचचत नहीं ंथे। पुिोचहत या समाज वाले बताते हैं, लडका बहुत अच्छा है। एम.एस.सी. पढ़ा हुआ है, नौकिी किता है। लडकी बहुत कुलीन है, बी.ए. पढ़ िही है। दोनों ंका चववाह किके, दो परिवािों ंका चमलन किवा चदया। दोनों ंएक स्थान में िहकि पारिवारिक जीवन जीने लगे-यह स्थूल दृचष्ट है जो अधूिी है, परिपूणथ नहीं ंहै। वािचवक बात क्या है, िहस्य क्या है?

वािचवकता यह है चक जीवात्मा अपना प्राब्ध का भोग भोगते हुए, चािों ंपुरुर्ाथों को प्राप्त किने एवं मोक्ष साम्राज्य की प्रास्तप्त के चलए आया हुआ एक अकेला पचथक है। हम सभी इस धिती पि प्रपंच संसाि की यात्रा के मुसाचफि हैं। चनचित रूप से, यहाँ सब कुछ छोडकि एक चदन जाना पडेगा। इसमें कोई भी मतमतान्ति, वाद-चववाद या मत-भेद नहीं ंहै। पुरुर्ाथथ को प्राप्त किने के चलए एक स्त्री ििशी में जीवात्मा है, एक पुरुर् ििशी में जीवात्मा है। दो चदव्य जीवात्माओं ंका चमलन दाम्पत्य जीवन का सूक्ष्म यथाथथ अथथ है। परिस्तस्थचतवश कभी सुख कभी दुिःख का अनुभव चकया, कभी हाँसे कभी िोये आिौ एक चदन समाप्त हो गये। भगवान् ने हमें यहाँ हाय-हाय किने के चलए नहीं ंभेजा है। यहाँ पि जन्म-मृत्यु, जिा-व्याचध से आप मुक् नहीं ंहो सकते। अवतािी पुरुर् को भी यहाँ आने पि िोना पडता है। कष्ट, संकट पि ज्यादा ध्यान मत दो। 'तांस्तस्तचतक्षस्व भाित' गीता में भगवान् के कथनानुसाि ऐसा किके इसे सहन कि लो।

हे चयो ! चजस उद्देश्य के चलए आये हो उसकी प्रास्तप्त में लग जाओ। साधनामय जीवन बनाओ, भजनीय जीवन बनाओ। प्राब्ध कमथ आदमी को केवल संकट में िालता है, ऐसी बात नहीं ंहै। शुभ प्राब्ध है तो उसका जीवन सुखमय होगा। वैश्विाक कमथफल भोग का शासन चनष्पक्ष है, भगवान् का जीवात्मा पि इससे बढ़कि क्या विदान हो सकता है? दो जीवात्माओं ंका आध्यास्तिक चमलन, आध्यास्तिक साथ है। प्रचतचदन दोनों ंचमलकि ईश्विि आिाधना, प्रभु भस्तक् किें। सत्य सनातन वैचदक धमथ का अनुसिण किने वाले को चाचहए, जब वह नया घि बनाये तो नक्शा बनवाते समय सबसे पहले पूजा घि के स्थान एवं रूपिेखा का चनणथय किवे चक यह कहाँ आिौ कैसा बनेगा, उसके बाद भोजन का कक्ष, िसोई-घि, अन्य सब कमिे आिौ स्नान-गृह इत्याचद का देखे।

हमािा सनातन धमथ बहुत ही उदाि है। यचद पचत चशव भक् है तो वह शंकि का ध्यान किे, औि पत्नी कृष्ण भक् है तो वह कृष्ण का ध्यान किे। दूसिी बात यह है चक हम दोनों ंचमलकि आस-पडोस औि समाज की चकतनी ज्यादा से ज्यादा भलाई एवं पिोपकाि कि सकते हैं। केवल मात्र मानव के चलए ही नहीं ंबस्तल्क पशु-पक्षी, वनस्पचत के चलए भी क्या भला कि सकते हैं, इसका भी ध्यान िखें।

गृहस्थाश्रम का तीसिा उद्देश्य कुल पिम्पिा को आगे बढ़ाने के चलए सन्तान प्राप्त किना है। आदशथ सन्तान प्रास्तप्त के चलए सास्तत्त्वक वाताविण, शुद्ध पयाथविण होना चाचहए। घि में चािों ंतिफ सन्तों ंके औि भगवान् के चचत्र होने चाचहएँ, भगवान् का नाम-संकीतथन गूाँजते िहना चाचहए। कमिे के आकाश के कण-कण में आध्यास्तिक स्पंदन भि कि िखें, इसी वाताविण में शन्तान प्रास्तप्त हो। माता-चपता की सबसे बडी देन यही है जो वो दे सकते हैं।

उनके पिस्पि व्यवहाि का सन्तान पि बहुत प्रभाव पडता है। बच्चे जब २-४ मास के हो जाते हैं, अभी मूक होते हैं, बात नहीं ंकि सकते चकन्तु हि चीज़ को ग्रहण किते हैं। माता चपता के अन्तिःकिण में चकस प्रकाि की स्तस्थचत है, मानचसक अवस्था कैसी है, उसका प्रभाव २४ घण्टे उन पि पडता िहता है। माता-चपता का बहुत बडा उत्तिदाचयत्व है चक उनका पिस्पि का व्यवहाि शास्तन्तमय, सास्तत्त्वक, एक-दूसिे को सम्मान देते हुए, प्रेम के साथ सामंजस्य बनाये िखने वाला हो। खटपट का व्यवहाि होने से सन्तान पि बडा भािी आघात पहुाँचता है। बच्चे चचडचचडे हो जाते हैं औि क्रोधी बन जाते हैं, प्रत्येक िाष्टर में गृहस्थाश्रम कल की प्रजा की सृचष्ट किने की बाल-वाडी है।

गृहस्थ-आश्रम का चौथा कत्तथव्य सन्तान के चलए, एक तो यह है चक अपनी सन्तान के प्रथम आचायथ माता-चपता स्वयं हैं ही, चवद्यालय जाने के बाद दूसिा आचायथ आता है। अतिः माता-चपता बच्चों ंको आदशथ चशक्षा, अच्छे संस्काि, पचवत्र वाताविण देकि समाज एवं िाष्टर को समचपथत किें। हमािे यहााँ उपचनर्द कहते हैं, 'न कमथणा न प्रजया धनेन त्यागे नैके अमृतत्वमानशुिः' कमथ से, सन्तान से औि धन से अमृत तत्त्व की प्रास्तप्त नहीं ंहो सकती है, केवल त्याग ही अन्त में हमें वहााँ पहुाँचाने वाला है, जहााँ पि पहुाँचने के चलए हम यहााँ पि आये हैं। इस चलए कुछ समय जीचवकोपाजथन किके व्यवहाि चनभाये, आस्तखि तक चाबी पकड कि िखना ठीक नहीं ंहै। कहते हैं, 'प्राप्ते िोडशे वर्े पुत्रं चमत्रवत् आचिेत्'। बच्चों ंको उत्तिदाचयत्व देकि गृहस्थाश्रम से मुक् हो जायें।

उलझन, ममता, आसस्तक् को छोडकि, तन-मन-धन से सेवा किके समाज को लाभास्तित किने का तृतीय आश्रम है-वानप्रस्थाश्रम। वानप्रस्थाश्रम में पचत-पत्नी दोनों ंचमलकि तीथथ पयथटन किें, सत्संग में जाकि श्रवण किें, मनन किें, चनचदध्यासन किें, घि में िहकि ज्यादा से ज्यादा स्वाध्याय, ईश्विोपासना, जप, ध्यान आचद किें। जीवन में पूणथ परिवतथन आ जाना चाचहए, अब ध्यान प्रपंच के ऊपि न होकि, आध्यास्तिकता एवं आन्तरिक जीवन पि हो।

इसके बाद अब आपको चतुथाथश्रम संन्यास-आश्रम में प्रवेश किना है, सवथ परित्याग, एक चनष्ठा जैसा चक याज्ञवल्क्य-मैत्रेयी-संवाद के प्रसंग में बताया गया है। भगवान् के चसवाय अन्य कोई भी चवचाि मन में नहीं ं िहना चाचहए। परिपूणथ रूप में भगवदाकाि-वृचत्त, हृदय में भगवान् के चलए प्रेम, मन में भगवद्-चचंतन, बुस्तद्ध में हमेशा भगवद् तत्त्व के बािे में चवचाि, समि कायथ भगवान् की प्रास्तप्त के चलए चकये जायें। समि कमथ-बंधन, मनसा-वाचा-कमथणा भगवान् को समचपथत कि दें। इस प्रकाि आपका हृदय यचत, संन्यासी की तिह औि जीवन त्यागमय होना चाचहए। यह जीवन का संध्याकाल है, यचद आप प्रािस्तम्भक आश्रमों ंमें पिोपकािी, चनष्काम कमथयोगी िहें हैं तो अनायास ही सहज रूप में त्याग, अनासस्तक्, चनःस्पृहा, ध्यान, भगवद् चचन्तन की भावना आपके अन्दि आ जाएगी। यह जीवन प्रणाली हमािी भाितीय संस्कृचत की अद्भुत चवशेर्ता है, इसको हमें देकि हमािे पूवथजों ंने हमें अनुग्रहीत चकया है। इसका यचद हमने लाभ नहीं ंउठाया तो इससे बढ़कि हमािी भूल क्या होगी?

स्वामी योगानन्द जी ने अपनी, 'सैल्फ रियलाइजेशन फैलोचशप' द्विाा पिाात्य समाज के लोगों ंको समझाने का प्रयास चकया है चक योग क्या है? 'योग इज़ दी साइंस ऑफ रिलीज़न ।' अथाथत् योग मजहब का चवज्ञान है, उसको अनुभव किने, प्राप्त किने के चलए व्यावहारिक चवज्ञान को योग कहा है। स्वामी जी ने अन्त में कहा चक, 'आपका जन्म उत्तम धमथ में हुआ, उत्तम संसूकृचत, जीवन प्रणाली आपको चविासत में चमली है। इसका पूिा लाभ उठायें। भगवद् साक्षात्किा एवं ब्रह्म ज्ञान को प्राप्त किके कृत-कृत्य हो जायें, धन्य हो जायें। इसमें प्रमाद चबलुकुल भी नहीं ंकिना चाचहए।' जैसा चक मैंने कहा, चकस चदन वह अस्तन्तम घडी आ जाये, हमें पता नहीं।ं एक चदन जाना तो चनचित है, चकस समय जाना है, यह पता नहीं।ं बूढ़ा भी चला जाता है, जवान भी चला जाता है, बीमाि आदमी भी मि जाता है, पहलवान तगडा आदमी भी चला जाता है। भगवान् ने मुख्य लक्ष्य की प्रास्तप्त के चलए मनुष्यत्व देकि भेजा है, महापुरुषों ंका आश्रय चदया है औि मोक्ष प्रास्तप्त की आकांक्षा भी दी है। तीन बातों ंसे आशीवाथद देकि हमें अनुग्रहीत चकया है। इन तीनों ंको प्राप्त कि लेने पि उद्यमी होकि अभ्यास में लग जाना चाचहए।

गुरु महािाज कहते थे, िी. आई. एन (िू इट नाऊ, अथाथत् अभी कि लो)। कल जो किना है आज कि लो, आज शाम तक जो किना है, अब कि लो, पता नहीं ंकब तुम्हािा अस्तन्तम श्वास चला जायेगा। गुरु नानक जी ने कहा है चक इन्सान आधे श्वास का प्राणी है। इसका क्या अथथ है? बाहि गया हुआ श्वास, अन्दि आयेगा क्या चवश्वास है। अन्दि गया श्वास वहीं ंपि समाप्त हो गया तो बाहि आयेगा नहीं।ं तुलसी दास जी एक भजन में कहते हैं-

'नाच िहा है काल शीश पि चेत चेत अचभमानी' अचभमान मत किो, घमण्ड मत किो, तुम्हािे चसि पि काल नाच िहा है। इसचलए हमेशा प्रातिःकाल उठते ही याद िखो, 'एक चदन हमें जाना है, ये हमािा अस्तन्तम चदन हो सकता है। अपने इस जीवन को आदशथ रूप में बना सकूाँ, पिोपकािमय बना सकूाँ, हरि भजन चचंतन किके परिपूणथता को प्राप्त कि लूाँ, इस में देि न करूाँ।'

चववेकी होकि, अनासक् होकि इस प्रपंच के चवषय-पदाथों औि नाम-रूपों ंके बीच में अपने लक्ष्य का ध्यान िखें। चाि बातों ंको हमेशा याद िखना चाचहए-पहली बात मृतुयु को हमेशा याद िखो। चद्वतीय बात यह संसाि दुःखमय है, संसाि की वस्तुओं ंमें सच्चा सुख, शास्तन्त, तृस्तप्त, सन्तोष् कदाचप नहीं ंहो सकते हैं, यह दुःख का सागि है। संसाि के वस्तु-पदाथथ से आकचर्थत होकि हमें उल्लू नहीं ंबनना है, मूखथ नहीं ंबनना है। अनासक् होकि अपना कत्तथव्य किते हुए लक्ष्य की औि आगे बढ़ना है। तीसिी चीज है भगवान् को हमेशा याद िखो। उनकी प्रास्तप्त से हम मृतुयु से पिे जाकि अमि बन जाते हैं औि समि दुःखों ंको पाि किके चनत्य सुख की प्रास्तप्त कि लेते हैं। भगवद् प्रास्तप्त से सवथ दुःख चनवृचत्त औि पिमानन्द प्रास्तप्त होती है। वे मृतुयु औि दुःख दोनों ंसे पिे ले जाते हैं। चौथी चीज है भगवद् प्रास्तप्त कैसे हो, धाचमथक जीवन कैसे बने, धाचमथक जीवन क्या है? वे बोले-

'शुरुडतडविडिन्ना सृमृतयोऽडप डिन्नाः
तथा मुनीनां मतयोऽडप डिन्नाः ।
धमिस्य तत्त्वं डनडहत गुहायाम्
महाजनो येन गतः स पन्थः ।।'

महापुरुष्, सन्त, ज्ञानी, तपस्वी, भक्ों ंके आदशथ जीवन को पढ़ो, अध्ययन किो औि अच्छी तिह से जानो। उनके पदचचह्नों ंपि हम अपने कदम िखते जायें तो अपने आप वहााँ पहुाँच जायेंगे। उनके उपदेशों,ं उद्बोधनों ंको हृदयंगम किके सामने िखें तो तुम्हािा जीवन धन्य हो जायेगा। सन्त हमेशा मागथ दशथन देते हैं।

हमेशा याद िखने के चलए आप इन्ें चलखकि स्नानघि में शीशे पि लगा दें। इस प्रकाि चलख लें-मौत, संसाि के दुःख, भगवान् औि सन्त। आप िोज दन्त-धावन के चलए स्नान घि में जाते हैं, शीशा देखते ही आपको याद आ जायेगा। इन चाि चीजों ंको याद िखने से आपके अन्दि वैिाग्य बना िहेगा औि अनासस्तक् का भाव िहेगा।

अपने अन्दि के अवगुणों ंको हटा किके हमेशा दैवी सम्पदा को बनाते िहो। इस कायथ को कभी बन्द नहीं ंकिना, जीवन पयथन्त किते िहना है। जो अनुचचत है उसे चनकालो, जो उचचत है सहायप्रद है उसे बनाते जाओ। व्यवहाि के अन्दि चनिन्ति भगवद् चचंतन िखो, एक घडी भी भगवान् की चवस्मृचत नहीं ंहोनी चाचहए। २४ घंटे तो हम ध्यान में, प्राथथना में, मस्तन्दि, मस्तिद, चगिजाघि में जाकि नहीं ं बैठ सकते। अन्ततोगत्वा व्यवहाि क्षेत्र में कत्तथव्य कमथ तो किना ही पडेगा। खाना-पीना, िोटी, कपडा, मकान का सवाल है। २४ घंटे हमें साधना एवं योगाभ्यास के फल को प्राप्त किना है। इसके चलए क्या िहस्य है? जो कुछ भी तुम कत्तथव्य कमथ किते हो, समझो चक हम ये सब भगवान् के चलए कि िहे हैं। भगवान् सवथत्र चविाजमान हैं। सब काम उनके सामने एवं उनके साचन्नध्य में कि िहे हैं। सब कायों को उनकी आिाधना समझते हुए किते जाओ औि उनके चिणों ंमें सौंपं दो। तब क्या होगा? अनुचचत कायथ आप से कदाचप नहीं ंहोंगें। भगवान् के मस्तन्दि में सडा हुआ फल, मुझाथया हुआ फूल, बासी चमठाई तो नहीं ंचढ़ायेंगे, ताजा चीज ले जायेंगे। ईश्विापथण भाव से चकये हुए कायथ परिशुद्ध हो जायेंगे, ये गािन्टी है। सदैव इन तीन चीज़ों ंका अभ्यास किो औि चाि चीजों ंको याद िखो।

आपके शिीि रूपी मस्तन्दि में अन्त: स्तस्थत अन्तयाथमी भगवान् हैं, उनके चिणों ंमें यह पुष्पाञ्जचल अपथण किके समाप्त किता हाँ। मंच पि उपस्तस्थत महापुरुषों ंकी प्रेिणा से जो भी चवचाि उठा है, उनके आशीवाथद से उठा है, उनके चिणों ंमें धन्यवाद समपथण किके मैं समाप्त कि िहा हाँ।

हरि ॐ तत् सत्।

३.चचत्त शुस्तद्ध का महत्त्व

(१८-३-१९८७ भावनगि (गुजिात) में चदया गया प्रवचन)

आनन्दमय चदव्य आत्म स्वरूप, प्रेम चपता पिमात्मा की अमि अचवनाशी चदव्य संतान !

गुरु महािाज के चिणों ंका यह दास अपनी सेवा अपथण किने के चलए आप सब के मध्य उपस्तस्थत हुआ है। उनका सूक्ष्म स्वरूप आपके अन्तस्थ भगवान् अन्तयाथमी प्रभु चजनके किाण आपका शिीि सचक्रय सजीव चलता चफिता मस्तन्दि है, पत्थि से बना तटस्थ स्थावि मस्तन्दि नहीं ंहै, लेचकन जंगम सजीव सचक्रय मस्तन्दि है, उनके चिणािचवन्द में 'यद्यत्कमथ किोचमतत्तदस्तखलं शम्भोतवािाधनम्' ऐसे भाव से आिाधना के रूप में अपथण कि िहा हाँ।

यह शिीि भगवान् का मस्तन्दि है, इसमें भगवान् चविाजमान हैं। हमेशा इसी होश में, इसी जागृचत में िहने से ही हम इसको पचवत्र िखेंगे। काया वाचा मनसा उनके योग्य ही हमािी चेष्टा होगी। मन के चवचाि, हृदय की

भावना िौ वाणी उनके लायक पचवत्रतम होगी। यचद इसकी चवसूमृचत हो जाती है तो कई प्रकाि की अनुचचत चेष्टाएँ चालू हो जाती हैं। इसी के चलए एक माचमथक बात श्वेताश्वति उपचनर्द् में बतायी गयी है-

एको देवः सवूितेषु गूढः
सविव्यापी सवूितान्तिात्मा ।
कमाध्यक्षः सवूिताडधवासः
साक्षी चेता केवलो डनगुिणश्च ।। ६/११ ।।

इस प्रकाि साक्षी चैतन्य के रूप में, हमािे मन-बुस्तद्ध के अन्दि जो गुण-दोर्, सत्त्व-िज-तम, आसुिी सम्पदा दैवी सम्पदा है, उसे बाचधत नहीं ं किता है। अपनी चनगुथण अवस्था में ही िहता है, चनचलथप्त है, चनवाथचधत है। प्रकृचत के गुण उसे स्पशथ नहीं ं कि सकते। इस सत्य को हमेशा अपने हृदय में िखकि आचिण किें। अनायासेन सहजरूपेण ही आपका चरित्र उत्तम, चनमथल एवं यशस्वी होगा, सदाचािी चदव्य जीवन होगा। अन्तस्थ भगवान् के प्रचत सद्भावना, आदि, सत्काि होगा, भय भी िहेगा। जब हम बहुत बडे बुजुगथ व्यस्तक् के सामने बैठते हैं तो अनुचचत कायथ नहीं ं कि सकते। कक्षा में बन्दि जैसी चंचलता वाला लडका हो, अध्यापक के आते ही चुपचाप बैठ जाता है। बन्दि जैसी चंचलता को समेट कि िख लेता है। जैसे ही अध्यापक बाहि गया, उसके अन्दि दस बन्दि प्रकट हो जाते हैं। इसी प्रकाि अन्तस्थ भगवान् की चनिन्ति िौ चचिस्थायी उपस्तस्थचत के प्रचत हमेशा सचेत िहना चाचहए। 'वो मेिे समूपूणथ जीवन में व्याप्त हैं। मैं कहीं ं भी जाऊँ, मेिे साथ-साथ हैं। वो मेिे कण-कण में देदीयमान हैं।' यह भावना सदैव बनाए िखनी चाचहए। क्योंचक हम उनके साचनध्य में हैं अतः सदैव उचचत कायथ ही किने हैं। अनुचचत कायथ होने से व्यचभचाि हो जाता है। 'एको देविः सवथभूतेर्ु गूढिः सवथव्यापी सवथभूतान्तिात्मा' वाली माचमथक बात हमेशा याद िखनी चाचहए। अथाथत् वह एक चनगुथण चैतन्य के रूप में प्राणी मात्र के अन्दि, सब नाम-रूपों ं के अन्दि गूढ़ रूप से बसा हुआ है। उसको मन में िखकि चदव्य दृचष्ट से, सूक्ष्म दृचष्ट से देखकि, उन्ीं ं का सुचमिन किते हुए इस चविाट क्षेत्र में कायथ किना है। िौ सवथत्र चविाजमान तत्त्व के साथ सम्बंध जोड कि िखना है, चजससे आध्यास्तिक मागथ में, योग मागथ में कचठनाइयाँ नहीं ं आवें।

भगवान् ने हमािे अन्दि सभी प्रकाि की क्षमताएँ भि िखी हैं, कोई कमी नहीं ं है। यचद चाहें तो अभी इसी क्षण भगवान् जैसे परिपूणथ बन सकते हैं। शास्त्र पुिाण कहते हैं, देवलोक के देवता भी पृथ्वीलोक में आकि मानव बनना चाहते हैं। जीवािा मनुष्य-लोक में ही कैवल्य मोक्ष साम्राज्य के अवणथनीय आनन्द को प्राप्त किके धन्य बन सकता है। चजस महान पुण्य कायथ के फलस्वरूप उन्ें देव-लोक चमला है, भोग भोगने से वह पुण्य प्रभाव जब समाप्त हो जाता है तो पुनिः इसी लोक में आना पडता है। अन्ततोगत्वा मोक्ष की सम्भावना केवल मात्र मानव-लोक में ही है। इस पि चवश्वास िखें तो आपका सौभाग्य चकतना है, आप स्वयं जान सकते हैं।

इस यातनापूणथ शिीि में सुख-दुिःख, जन्म-मृत्यु, जिा-व्याचध, िाग-द्वेर्, क्लेश-कलह िौ संकट हैं। लेचकन एक महान गुण भी है, वो क्या है? इस मानव-लोक में मनुष्यत्व मोक्ष का द्वाि है। जन्म-मृत्यु से पाि जाने का िाजमागथ है, िाजद्वाि है। इसमें जो अन्य कमी कमजोिी अवगुण-दोर् आचद हैं, उस दुभाथग्य की िौ ध्यान नहीं ं देकि, उसको सहन कि लेना चाचहए। अत्यन्त दुलथभ प्राय मानव-लोक के सौभाग्य की िौ ध्यान देते हुए पूणथ लाभ उठाने की कोचशश किनी चाचहए।

गुरु महािाज बोलते थे-'िी.आई.एन. (िू इट नाउ)' अथाथत् अभी किो, चकन्तु यह कोई नयी बात नहीं ं है। कबीि दास जी कहते थे-

'जो कल किना, सो अज किले,
जो अज किना, सो अब किले।

जब डचड़ियन खेती चुग ािली
डफि पछताये क्या होवत है।।'

पल-पल में आयु क्षीण हो िही है। जो कल किना है उसे आज कि लो, जो आज किना है उसे अभी सायं काल तक कि लो। जब चचचडयों ंने खेती चुग ािली तो पित्ताप किने का क्या प्रयोजन है?

'जब पाप की गठिी शीश धिी,
तब शीश पक़ि कि क्यों ंिोवत है।'

अभी जागो, उठो, औि काम में लग जाओ, आगे चलो, उद्यमी बनो। माया की एक बडी चवचचत्र शस्तक् है। उसका एक ही काम है, जो किना है उसकी चवसूमृचत किा देना। कल किेंगे, चफि कि लेंगे, यह माया की चाल है। इसको पकड किके चगिफ्ताि नहीं ंकि सकते। इससे मुक् होने की कोई सम्भावना है? नहीं ंहै। लेचकन इसके चलए हमें एक सूत्र बताया गया है- 'मन एव मनुष्याणां किाणं बन्धमोक्षयोिः' मनुष्य के बन्धन औि मोक्ष का, उसके सुख औि दुिःख का एक ही किाण है-मनुष्य का मन। भगवान् ने आपको शिीि चदया है, वो जड है, उसमें कोई चेतना नहीं ंहै जो आपको बाधा दे सके। सािी बाधाएँ चनचित रूप से अन्तिःकिण के अन्दि से आती हैं। मन की स्तस्थचत को ठीक किने की कोचशश हमेशा किते िहें, इसी में हमािी सफलता की चाबी है। बद्ध होकि िहतें–हते चफि हमें यहााँ आना है, या मुक् होकि यहााँ से चनहाल होकि आनन्द, शास्तन्त औि पूणथता के अनुभव में सदा के चलए स्थाचपत हो जाना है? जैसी मन की परिस्तस्थचत है वैसा ही आपका जीवन होगा। पहले चवचाि, चफि वाणी, इसके बाद चक्रया औि परिणाम। चजस प्रकाि का चवचाि आपके अन्दि होगा वैसा ही आचिण, व्यवहाि, चरित्र होगा। यचद सास्तत्त्वक चवचाि होगा तो उत्तम चरित्र, पचवत्र आचिण औि सद्व्यवहाि होगा। यचद िाजचसक चवचाि होगा तो िाग-द्वेर्, कलह-क्लेश के साथ आपका कायथ होगा। आचिण भी उथल-पुथल, अशान्त-चवचचक्षप्त होगा एवं व्यवहाि भी संघर्ाथिक होगा। यचद आपके चवचाि तमोगुणी हैं तो आपका आचिण क्रोध, द्वेर्, आलस्य औि स्थूलता से भिा हुआ होगा।

पहने हुए कपडों ंपि यचद कीचड लग जाती है तो वह हमें चदखती है। घि जाकि गमथ पानी सफथ-साबुन से उसे धोकि साफ कि लेते हैं। लेचकन चचत्त की शुस्तद्ध कैसे हो? चचत्त क्या है, हम जानते नहीं ंहैं। चचत्त कोई वस्तु नहीं ंहै चजसको पकड कि हम साफ कि लें, धोबी को दे देवें। चचत्त आन्तरिक, सूक्ष्माचतसूक्ष्म औि अव्यक् है, यह दृचष्टगोचि नहीं ंहै। यचद साफ किने का तिीका मालूम भी पड जाये तो हमािे पास समय नहीं ंहै। बाकी सब कायथ किने के चलए समय है। हमािा चचत्त कैसा है, क्या चवचाि उठता है, उसके अन्दि कैसी वृचत्तयााँ उठती हैं, उसकी कैसी चेष्टा िहती है? इस औि हमािा ध्यान ही नहीं ंजाता। हमािे चलए सबसे प्रमुख अत्यन्त महत्त्वपूणथ आवश्यक कायथ है चक हम अपना अध्ययन किें, आिचनिीक्षण किें। इसके चलए यचद हम समय नहीं ंदेते तो इससे बढ़कि कोई मूखथता, अज्ञान, औि भािी त्रुचट नहीं ंहो सकती। अपने आप को पहचानने की चदन प्रचत चदन कोचशश किनी चाचहए। हमािे पास सुबह-सुबह की चाय, नाश्ता, चदन का भोजन, िाचत्र का भोजन औि बीच-बीच में चटपटी चाय लेने का समय है। वह भी केवलमात्र मि चमटने वाले हड्डी-मांस के चपंजिे की सेवा किने के चलए। इस्तन्द्रय की तृस्तप्त के चलए होटलों ंमें खचाथ किके फालतू समय बबाथद कि आते हैं। जन्म साफल्य औि जन्म बबाथदी का चनणथय किने के चलए आिचनिीक्षण का समय नहीं ंहै। हमािे चवनाश के चलए यह हमािी चवपिीत बुस्तद्ध है।

भाितवर्थ में हमािा जन्म हुआ है। हमािे देश के ऋचर्-मुचनयों, ंयोचगयों ंने इन्सान की चदव्यता को, अनुभव के आधाि पि जान चलया औि 'शृण्वन्तु सवे अमृतस्य पुत्रािः' सम्बोचधत किते हुए आह्वान चकया, 'सुनो, सुनो! तुम सब अमृत के पुत्र हो, तुम्हािे चलए मृत्यु नहीं ंहै!' वैचदक काल में ही चदव्य अमि आि तत्त्व को जानकि हमािे सच्चे चनज स्वरूप को उन्ोंनें पहचान चलया। इसे पहचान कि हमें भी धन्य हो जाना चाचहए। सत्य को घोचर्त किने वाला िाष्टर-भाितवर्थ ही हमािी मातृभूचम है। प्रत्येक भाितीय में आध्यास्तिकता है क्योंचक हमने यहााँ के अन्न-जल

को सेवन चकया है। लेचकन इसको जाग्रत किने की जरूित है। हि युग में, हि पीढ़ी में महापुरुर् आकि हमें जाग्रत किते हैं।

'हे मानव, तुम अमि आि हो ! भगवान् ने हमको यह मनुष्य जीवन, एक अमूल्य पुिस्कि एवं सुनहिी अवसि के रूप में चदया है। ऐसा अवसि बाि-बाि नहीं ◌ंचमलता, इसका पिम सदुपयोग किके अभी-अभी इसी जन्म में अपनी चदव्यता को पहचानकि आनन्द के भागी बनो! इसमें देिी मत किो! पता नहीं ◌ंमृत्यु कब आ जाए, साधना में लग जाओ!'

इसी शताब्दी में सद्गुरुदेव स्वामी चशवानन्द जी भाितवर्थ एवं तमाम दुचनया को स्व-अनुभव के आधाि पि जागृचत देने आये। उनकी अनोखी चवचचत्रता यह है चक केवल जागृचत देकि हमें छोड नहीं ◌ंचदया। शुरू से लेकि आस्तखि तक, कदम-कदम पि चकस तिह साधना किनी चाचहए? क्या-क्या औि कैसे अभ्यास किना चाचहए? भस्तक् योग, कमथ योग, ज्ञान योग, िाज योग की क्या-क्या साधनाएँ हैं? उपचनर्द, वेदान्त, हठ योग, कुण्डचलनी, जप योग, संकीतथन आचद की क्या-क्या साधनाएँ हैं? आध्यास्तिक साधना एवं भगवत् साक्षात्काि में ऐसी कोई भी बात नहीं ◌ंिह गई है चजसका उन्ोंने चवस्तृत चवविण न चकया हो।

चजतने भी हमािे धमथ ग्रन्थ गीता, भागवत, िामायण, उपचनर्द, योगवाचसष्ठ, वेदान्त, वैष्णव ग्रन्थ, शाक् ग्रन्थों ◌ंआचद में जो-जो साधना के बािे में बताया है, उन सभी का संकलन 'साधना' नामक पुिक में किके उन्ोंने हमें अनुदान के रूप में चदया है। प्रत्येक व्यस्तक् की रुचच वैचचत्र्य को ध्यान में िखते हुए साधना के बािे में बता कि महान् अनुकम्पा की है। उनके िचचत साचहत्य का यचद दशांश, दशांश क्या, यचद शतांश भी अध्ययन कि चलया तो चनहाल हो जायेंगे, जन्म सफल कि लेंगे।

चचत्त शुद्ध है, अशुद्ध है, इसमें कैसी वृचत्त, परिस्तस्थचत औि अवस्थाएँ हैं, इसके बािे में जानते नहीं ◌ंहैं। जैसे शिीि-संिचना वाले, शिीि-चवज्ञान वाले, पूिे शिीि को चीि-फाड कि के अंग-प्रत्यंग के बािे में, आन्तरिक कोर् के बािे में, चक क्या क्या अवयव हैं, कैसे काम किते हैं, सुिक्षा के चलए हमें क्या-क्या किना चाचहए आचद-सब समझाया है, इसी प्रकाि गुरु महािाज ने घंटों–घंटों ◌ंतपस्या, ध्यान औि योगाभ्यास द्वािा अन्तमुथखी होकि मन, अन्तिःकिण का अध्ययन चकया। आि चनिीक्षण, आि पिीक्षण किने के बाद एक चवचचत्र पुिक 'मन–िहस्य औि चनग्रह' हमें दी। इसको पढ़ने से हमको ज्ञान हो जाता है। लेचकन एक बात है, घडी चल िही है या नहीं ◌ंचल िही है, कैसे जानें? चटक चटक चटक सेचंकंड की सुई की आवाज आ िही है तो घडी चल िही है, यचद यह आवाज रुक गयी तो पता चल जाता है चक घडी चलनी बन्द हो गयी है। स्थूल चचह्ों ◌ंसे हम सूक्ष्म बात को जान लेते हैं, अनुमान लगा सकते हैं। इसी तिह से 'जैसी मचत वैसी गचत।' गचत माने प्रवृचत्त, अपने कायों का अध्ययन किें। अपने आप मालूम पड जायेगा चक हमािे मन की स्तस्थचत क्या है? छोटी-छोटी बातों ◌ंसे हमें क्रोध आ गया, चचल्लाकि गाली दे देते हैं, अंट-शंट बोलकि अपमान कि देते हैं तो इसका मतलब मन में गडबडी है। हमािे मन में तमोगुणी आसुिी सम्पदा का साम्राज्य है। िोजाना १०-१५ चमनट शान्त अवस्था में बैठकि अपना अध्ययन किना चाचहए चक सुबह से शाम तक हमािा व्यवहाि कैसा िहा, मुख से कैसे शब्द चनकले, बात किते समय मुख की मुद्रा कैसी िही, आचिण कैसा िहा क्योंचक जो अन्दि है, वही बाहि चनकलता है।

हमािा अन्तिःकिण चाि स्वरूप धािण किता है, नम्बि एक-जो हमको अशान्त बनाने वाला है, अन्धाधुंध वृचत्त-प्रवाह वाला है, संकल्प- चवकल्प किता है, यह 'मन' है। दूसिा - इस वृचत्त-प्रवाह का जहााँ मूल है, जहााँ उत्पचत्त स्थान है, वह 'चचत्त' है, यह सूक्ष्म चशस्तक् है। इसमें जन्म-जन्मान्ति के चजतने भी अनुभव हैं, उनके बीज रूप में सूक्ष्म चनशान हैं, चजन्ें संस्काि कहते हैं। एक ही प्रकाि के अनुभव बाि-बाि होने से उस अनुभव के प्रचत हमािी अन्दि एक प्रवृचत्त बन जाती है चजसे वासना कहते हैं। वासना औि संस्काि चजस भूचमका में िहते हैं, उसे 'चचत्त' बोलते हैं। तीसिा है अहंकाि। मैं, मैं, मैं, मैं हाँ इसको 'अहंकाि' कहते हैं। चववेक किने वाली, चवचाि किने वाली,

समझने की कोचशश किने वाली, दो चीजों ंका अन्ति जानने वाली जो है, उसको 'बुस्तद्ध' कहते हैं। बुस्तद्ध सबसे श्रेष्ठ आौ उतृकृष्ट भाग है। मन में वृचत्तयााँ, बुस्तद्ध में चववेक, चवचाि, चवश्लेर्ण अनुसंधान, आौ चचत्त में सूमृचत-इन तीनों ंके द्वािा कायथ किने वाले आप हैं। देहाध्यास के किाण चेतन आौ जड में सम्बंध चदखाई देता है जो अज्ञान-जचनत आौ अचवद्या-आचश्रत मानव व्यस्तक्त्व का 'अहं' है। सब कलह-क्लेश, झगडा-फसाद, स्वाथथ इसी में है।

चकसी ने कुछ गलत कह चदया तो हम समझते हैं इसने हमािा अपमान कि चदया। उस चबचािे के अन्दि हमािा अपमान किने का भाव िहा भी नहीं ंहोगा, सहज में ही कुछ बोल चदया होगा। लेचकन उसका गलत अथथ लगाकि अपना अपमान समझ चलया आौ अकािण ही उससे दुश्मनी कि ली। व्यस्तक् को चजतना अहंकाि सताने वाला है, उतना सताने वाला दूसिा कोई नहीं ंहै। इसके किाण बडी से बडी चहंसा तक किता है। चकन्तु इस अहंकाि को ही अपना पिम चमत्र मान कि बैठा है, ऐसी हमािी अवस्था है। अहंकाि के बिो में चकसी ने कुछ कह चदया तो लडाई किने के चलए तैयाि हो जाते हैं। जो हमािे चलए अचभशाप है, महान् िोग है, चहंसा किने वाला है, उसी को सब कुछ मानकि, उसे पोचर्त किके िखने की कोचशश किते हैं।

अहंकाि को समझकि शुस्तद्धकिण किना चाचहए, सास्त्त्वक एवं पचवत्र किना चाचहए। मैं कौन हाँ? मैं फलाना हाँ, मैं ऐसा हाँ, ऐसा नहीं ंकहना चाचहए। मैं कौन हाँ? मैं भगवान् के चिणों ंके दास के दास, दास के दास, दास के दास का दासानुदास हाँ। यह शुद्ध अहंकाि है, इससे आपका भला हो सकता है। इसी प्रकाि मन-बुस्तद्ध-चचत्त-अहंकाि का आोचवश्लेर्ण किके अन्तिःकिण में पचवत्रता ले आनी चाचहए।

चचत्तशुस्तद्ध के चबना, भगवत् साक्षात्काि के चलए योग मागथ में एवं आध्यास्तिक मागथ में अभी हमने प्रवेश ही नहीं ंचकया है, चदवाजे के बाहि ही हम खडे हैं, ऐसा समझें। परिशुद्ध चचत्त के बाद ही आध्यास्तिक जीवन शुरू होता हैं, नहीं ंतो केवल तथाकचथत साधना है। जैसे जल के ऊपि लकडी से िेखा खीचंना, चकतनी स्थायी िहेगी? वैसी ही हमािी साधना िहेगी।

सन्त िमािी बापू जी की एक कचवता है चजसका अथथ बडा सिस है, 'तुम पूजा-पाठ किो, जल चढ़ाओ, आसन लगाकि जप-ध्यान किो, यचद आपके अन्दि से अहंकाि-क्रोध आचद नहीं ंगया तो तुम्हािी साधना व्यथथ है। चािों ंधाम तीथथ किके आओ, दान-पुण्य, गौ-दान किो, यचद तुम्हािे अन्दि छल-कपट, झूठू-फिेब आचद है तो सब तीथथ-पयथटन व्यथथ हैं।' इसको पढ़कि मनन किना चाचहए। इसका हमने चहन्दी एवं अंग्रेजी में अनुवाद किके छपवा चदया है। श्री शंकिाचायथ जी ने भी चलखा है-यचद तुम्हािे पास धन सम्पचत्त, यश, चवद्या सब कुछ हो लेचकन मन इस्तन्द्रयों ंमें-

िगुिोंडिपदे्ये मनश्चेन्न लग्नं
ततः डकं ततः डकं ततः डकं ततः डकम्। (गुविष्टकम्)

आध्यास्तिक जीवन में इन तमाम साधनाओं ंका क्या स्थान िहता है ? जैसे इमाित के चलए नीवं स्थान िखती है। यचद नींवं ठीक अथाथत् सुदृढ़ है तो पााँच मंचजल, दस मंचजल, बीस मंचजल भी इमाित खडी कि सकते हैं। बुचनयाद ठीक नहीं ंतो इमाित खडी नहीं ंकि सकते। इसी तिह आध्यास्तिक जीवन के चलए मन, बुस्तद्ध, चचत्त, अहंकाि को परिशुद्ध किना ही नीवं को सुदृढ़ किना है। सत्संग, आध्यास्तिक सभाओं ंमें बैठकि, उपदेश श्रवण किके, समझ किके, अपने अन्तिःकिण को चनमथल किो।

दूसिा तिीका है स्वाध्याय। साधना के चलए स्वाध्याय को प्रमुख स्थान चदया गया है। पतंजचल योग दशथन में भी इसको अचधक महत्त्व चदया है। बेद, उपचनर्द् आौ अन्य सद्ग्रंथों ंको पढ़ना चाचहए। श्री शंकिाचायथ जी भी कहते है, स्वाध्याय को एक चदन भी नहीं ंछोडना चाचहए, प्रमाद नहीं ंकिना चाचहए। इससे अन्तिःकिण के चवर्य में, सत्त्व,

जि, तम के चवर्य में जानकिाी होती है। सास्त्तत्त्वक, पचवत्र ओि चनमथल चचत्त के क्या लक्षण हैं, उसको कैसे प्राप्त किें, इस सब का ज्ञान होता है।

तीसिा उपाय है, चवशेर् किके संतों के चरित्र को खूब पढ़ना। उन्होंनें अपने आदशथ जीवन के द्वािा भगवत् प्रास्त्तप्त का मागथ चदखाया है। वे अपने आचिण एवं व्यवहाि से हमािे सामने एक रूपिेखा बनाकि िख देते हैं। उस रूपिेखा का अनुसिण किने से आप स्वयं ही अपने लक्ष्य की ओि आगे बढ़ते जाते हैं।

चौथा ज्ञान प्राप्त किने का सुलभ उपाय क्या है? भगवान् ने तुम्हें आँख, कान, बुस्त्तद्ध दी है, चािों ओि देखो, देखकि के पहचानो। जीवन में क्या चेष्टा किने से कैसी दशा प्राप्त होती है, इस पि ध्यान दो। शिाब, चसगिेट, व्यचभचाि के चलए सब मना किते हैं। कैंसि, चलवि खिाब, क्षय िोग, गुदे खिाब, हृदय िोग आचद हो जाते हैं। ऐसे दुव्यथसनों में जाने के बाद व्यस्त्तक् िोग ग्रि होकि खचटया में पडकि, हाय-हाय किके हजािों रुपये खचथ किके, यातना भोगते-भोगते मि जाता है। ऐसा देखकि के भी चाि पैकेट चसगिेट के लेकि पीने लग जायें तो हमािे जैसा मूखथ ओि उलूलू कौन होगा। स्वयं कटु अनुभव प्राप्त किके इसके बाद आँख खोलना बुस्त्तद्धमत्ता नहीं है। दूसिों के अनुभव से सबक सीख लेना चाचहए, अपने आपको सचेत, जाग्रत कि लेना चाचहए। हम अपने बािे में, अन्तिःकिण के बािे में अपने आप नहीं समझ पाते हैं। इसचलए सत्संग, श्रवण, स्वाध्याय, सन्तों के आदशथ जीवन से हम सीख सकते हैं।

हरि ॐ तत् सत्।

४.चदव्य जीवन के मूल चसद्धान्त

(कटक साधना चशचवि में २ जनविी १९८८ को चदया गया प्रवचन)

आज का चवर्य है चदव्य जीवन कैसे जीना चाचहए। आप चदव्य जीवन संघ के सदस्य हैं। चदव्य जीवन संघ के संस्थापक, हमािे पिम चप्रय पूजनीय गुरुदेव श्री स्वामी चशवानन्द जी महािाज के आप भक् हैं। उनके योग-वेदान्त सम्बन्धी ज्ञान को तथा धाचमथक औि नैचतक चशक्षण को अपने जीवन में उतािने कि, उसके अनुसाि जीवन बनाने के चलए कोचशश किने वाले, आप एक चवशेर् वगथ के व्यस्तक् हैं। चदव्य जीवन ही आपका चसद्धान्त है। सदस्य होने के कािण चदव्य जीवन को आदशथ बनाकि, आपने उसके मूल चसद्धान्तों ंको अपने अन्दि प्रकचटत किते हुए जीवन जीना है।

चजन लोगों ंका चदव्य जीवन संघ के बािे में परिचय नहीं ंहै, उनके चलए यह नया चवर्य है। उनके चलए चवचाि प्रकट किने का दूसिा तिीका होगा। आप सब तो इन चसद्धान्तों ंसे भली-भााँचत परिचचत हैं। इसचलए इस सम्बन्ध में कुछ चवचाि प्रस्तुत कि िहा हाँ। आप चदव्य जीवन बनाने के चवर्य में जानना चाहते हैं। चदव्य जीवन बनाना आपका प्रथम महत्त्वपूणथ मौचलक कतथव्य है, आपका उत्तिदाचयत्व है। चदव्य जीवन संघ का एक छपा हुआ प्रचतज्ञापत्र है, उस पि हस्ताक्षि किके भि कि भेजना होता है। छपे हुए कागज़ पि क्या प्रचतज्ञा किते हैं? तीन चवर्यों ंपि प्रचतज्ञा किनी होती है। जब तक प्रचतज्ञा नहीं ंकिते, तब तक कोई भी व्यस्तक् चदव्य जीवन संघ का सदस्य नहीं ंबन सकता। प्रश् आता है चक वह प्रचतज्ञाएाँ क्या हैं? उनमें कोई भी जाचत-धमथ, सम्प्रदाय की बात नहीं ं है, अनपढ़ या चिग्री प्राप्त चकये होने की भी बात नहीं ंहै। चदव्य जीवन संघ के चसद्धान्त एवं चशक्षण तमाम दुचनया के चलए चवश्वािाक भाव से बने हैं। इसमें सम्प्रदायवाद नहीं ंहै। चकसी भी देश का नागरिक-चाहे इंग्लैंि, अमेिीका, रूस, चीन, अफ्रीका, आस्टेरचलया का हो, या भाित के केिल, उडीसा अथवा अन्य चकसी भी प्रान्त का हो, स्त्री-पुरुर्, बालक या वृद्ध हो-सदस्य बन सकता है। वह प्रचतज्ञाएाँ क्या हैं?

प्रथम-मैं प्रमाचणक प्रचतज्ञा लेता हाँ चक मैं अपने जीवन में सत्यव्रती बनूाँगा। सत्यव्रती बन कि सत्य का पालन करूाँगा, सत्य का पुजािी बनूाँगा। चद्वतीय-मैं काया, वाचा, मनसा अपना आचिण पचवत्र िखूाँगा। संयमी बन कि उस िािे को पकिूंगा, चजसमें ब्रह्मज्ञान की प्रास्तप्त होती हो, अथाथत् ब्रह्मचयथ, परिशुद्ध चरित्र का पालन करूाँगा। तृतीय-मैं अपने जीवन में अन्य चकसी प्राणी मात्र को दुिःख नहीं ंदूाँगा, चकसी को हाचन नहीं ंपहुाँचाऊाँगा। बस्तल्क चवश्वप्रेम की भावना से दया औि क्षमा को अपना कि सबको सुख-शास्तन्त देने का प्रयास करूाँगा। मेिा व्यवहाि अचहंसापूणथ िहेगा। इस प्रकाि सत्यव्रत, पचवत्र सदाचाण, दयामय, अचहंसाक व्यवहाि, इन तीन महत्त्वपूणथ तत्त्वों ंकी प्रचतज्ञा लेने पि सदस्य बनने का अचधकाि बनता है।

१३ जनविी १९३६ में पचवत्र जाह्नवी भागीिथी के चकनािे ऋचर्केश क्षेत्र के पास चदव्य जीवन संघ की स्थापना गुरुदेव ने की थी। १९८६ में इसकी स्वणथ जयन्ती मनायी गयी। इस संस्था का दृचष्टकोण चवशाल है। ये तीनों ं तत्त्व स्वयं आपके व्यस्तक्गत चरित्र में, अपने कुटुम्ब-परिवाि, गृह, अडोस-पडोस औि चवचभन्न समुदायों ंके साथ

दैचनक व्यवहाि में अिौ उद्योग-व्यापाि, कृचर्, सचवथस आचद में प्रकट होने चाचहएाँ। सत्य पाियणता, सदाचाि का आदशथ मैत्री, करुणा, प्रेम अिौ अचहंसाक व्यवहाि होना चदव्य जीवन संघ के सदस्य का मौचलक कतथव्य है। यह आपका कतथव्य है, चजम्मेवािी है, अिौ मैं क्या कहाँ। यह आपका पिम सौभाग्य है, इससे आपका जीवन उत्कृष्ट बनेगा। परिवाि के चलए आप आदशथ सदस्य बनेंगे। माता-चपता के चलए आप सुपुत्र अिौ सुपुत्री बनेंगे। अपने बच्चों ं के चलए आदशथ माता-चपता बनेंगे। दाम्पत्य जीवन सुखमय बनेगा। सदाचािी चदव्य जीवन बनाने वाला साधक भगवद् भक्, धमथ-प्रेमी पचत, अपनी पत्नी के चलए आदशथ पचत होगा, उसको सुख-सूमृस्तद्ध देगा। ऐसी साचधका, अपने पचत के चलए आदशथ पत्नी होगी, पचतव्रता, शील स्वभाव अिौ सेवा भाव वाली होगी, अहंकाि िखकि पचत को पिेशान नहीं ंकिेगी। मोहल्ले में अच्छे पडोसी बनेंगे। तीनों ंप्रण लेने से आदशथ दाम्पत्य-गृहस्थ-आश्रम बन सकता है।

भाितवर्थ में आजकल सामाचजक संघर्थ, चवचभन्न प्रकाि की चवर्मता, सामंजस्य का हास, अन्तद्वथन्द्व, क्लेश, द्वेर्, चहंसाक प्रवृचत्त, भयभीत वाताविण, जीवन की अचनचितता फैली हुई है। इस वाताविण में चदव्य जीवन संघ की इन प्रचतज्ञाओं ंसे आदशथ जीवन को स्वीकाि कि चवर्म परिस्तस्थचतयों ंमें अपना जीवन साथथक बनाएाँ। आपकी जीवनधािा से समाज की जीवनधािा शुद्ध होगी, परिशुद्ध होगी। जहााँ अशास्तन्त है वहााँ शााँस्तन्त आ जायेगी। चवचवध वगों के बीच में जहााँ पि िाग-द्वेर्, कलह-घृणा अिौ संघर्ाथिक सम्बन्ध हैं, वहााँ पि प्रेम अिौ भाईचािा, एकता अिौ सहनशीलता आ जायेगी। जहााँ पि भ्रष्टाचाि है, चाि सौ बीसी है, चोि बाजािी है, वहााँ पि भी आदमी सत्यव्रत के प्रण द्वािा सािी चवघ्न-बाधाओं ंअिौ मुस्तिलों ंपि चवजय पा लेगा। जब वह िाजा हरिश्चन्द्र जैसे दृढ़ चनियाक भाव से धीि होकि के सत्यव्रत पि चबलुकुल अटल िहेगा, अपने प्रण से हटेगा नहीं,ं तभी उसके आदशथ जीवन का प्रभाव समाज को शुद्ध किेगा। भ्रष्टाचाि का सामना किके उसे हटायेगा। पूिा का पूिा नहीं ंहटा सका तो उसे कम अवश्य किेगा।

ऐसी परिस्तस्थचतयों ंमें बहुत पिेशाचनयों ंको सहना पडेगा। आप एक चवभाग में काम किते हैं। चदव्य जीवन संघ के सदस्य होने के नाते आप सत्यव्रती हैं। ईमानदािी से अपना कतथव्य किते हैं। लेचकन आपके वरिष्ठ अचधकािी चदव्य जीवन संघ के सदस्य नहीं ंहैं, उनके अन्दि कुछ असत्यवाद का चसद्धान्त है। तब क्या होगा? वह आपकी प्रशंसा नहीं ंकिेगा। वह कहेगा, 'हमािे बीच में कहााँ से हरिश्चन्द्र आ गया है? इसको हटाओ, इसका स्थानान्तिण कि दो, कुछ न कुछ आिोप लगाकि, चशकायत किके भेजो।' ऐसा किके वहााँ से हटा देते हैं। चदव्य जीवन संघ के सदस्य ऐसी परिस्तस्थचतयों ंको मेिे सामने िखते हैं। मेिा कहना है चक चदव्य जीवन, आदशथ जीवन जीने के चलए तकलीफों ंको सहन किना पडेगा। इस कसौटी से मालूम पडेगा चक हमािे अन्दि आदशथ के प्रचत चकतना प्रेम है, चकतनी लगन है। यचद हमने आदशथवाद को छोड चदया तो भला हमािी क्या कीमत िह जायेगी? यचद चवपिीत हवा से यह आदशथ िगमगा जाता है तो ऐसा आदशथवाद तथाकचथत है, नाम मात्र का है, यथाथथवाद आदशथ नहीं ंहै।

चदव्य जीवन संघ के ये तीन तत्त्व उन्नत दैवी सम्पदा हैं, सगुण हैं, हमािे धमथ की आधािचशला हैं। भाितीय सत्य सनातन वैचदक धमथ को हमने ज्योचतस्वरूप, उज्ज्वल, पूणथ रूप से प्राप्त चकया है। वही हमािी ज्वलन्त संस्कृचत है। हमािा श्वास-प्राण है-सत्य पाियणता, पचवत्र एवं सदाचािपूणथ चरित्र से चरित्रवान होकि जीना। हमािे जीवन से चकसी को भी हाचन-नुकसान न हो, यही अचहंसाक जीवन है। हमािा जीवन सवथ लोक कल्याण के चलए होना चाचहए-सबके चहत के चलए, सबके सुख के चलए। ये तत्त्व भाितीय संस्कृचत के श्वास-प्राण हैं।

संस्कृत में एक कहावत है, 'यचद मोक्षचमच्छचस चेत् तात चवर्यान् चवर्वत् त्यज'-हे यािो, यचद मोक्ष को चाहते हो तो चवर्य-चवलास का त्याग किो, चवर्यों ंको चवर् के समान समझकि त्याग दो। यह तुम्हािे चलए हाचनकािक है। 'ब्रह्मचयथ अचहंसाव्रत सत्यं पीयूर्वत् भज'-संयम- सदाचाि, सत्य-अचहंसा को अमृततुल्य समझकि अपने जीवन में स्वीकाि किो अिौ सचक्रय रूप से आचिण में उतािो। हमािे पूवथजों ंका भी यही कथन है। पीयूर्

माने अमृत अथाथत् अमृत तुल्य अपना जीवन बनाना। चदव्य जीवन जीने का अथथ है, भिातीय संसृ्कृचत को हमािो जीवन में सचक्रय औि सजीव बनाना, प्रगचतशील बनाना ताचक भिातीय संसृ्कृचत के हम जीवन्त प्रतीक बनें। हमने अपने पिम चप्रय सद्गुरुदेव श्री स्वामी चशवानन्द जी के सामने प्रमाचणक प्रचतज्ञा की है तो - भगवान् श्री िामचन्द्र जी के जैसे, एक बाि वचन दे चदया तो वचनबद्ध हो कि उस पि अटल अचिग िहना है, अपने जीवन के समि
कायथक्षेत्र में, छोटे-बडे कायों में इन तीन तत्त्वों ंको सुिचक्षत िखना है, सचक्रय बनाना है। सजगता चदव्य जीवन बनाने की गािन्टी है।

चदव्य जीवन बनाने के चलए स्वाथथ का त्याग किना पडेगा। इन तीन तत्त्वों ंके बाद चदव्य जीवन संघ की चौथी साधना है-चन:स्वाथथ सेवा अथवा चनष्काम पिोपकाि। चदव्य जीवन संघ के प्रतीक में, चचह्न में, चाि चसद्धान्त-शब्द हैं-सेवा, भस्त्तक्, ध्यान औि आत्मसाक्षात्काि। हमािो जीवन में इन चािों ंको सचक्रय रूप में उपस्त्स्थत होना पडेगा, इनका सचक्रय रूप में अभ्यास किना पडेगा, तभी सचमुच में हमािा जीवन चदव्य जीवन बनेगा। चदव्य जीवन बनाने वाले व्यस्त्तक् के जीवन में स्वाथथ का स्थान नहीं ंहै। गुरुदेव कहते हैं चक इसको अच्छी तिह से समझो, अच्छी तिह से ग्रहण किो। वाचचक रूप में प्रथम मुख्यता भगवान् के चलए ही है। जहााँ स्वाथथ का स्थान है तो वह चदव्य जीवन नहीं ंहै।

प्रेम का स्वरूप क्या है? यह है, भगवान् के प्रचत प्रेम औि प्राणी मात्र के प्रचत प्रेम। चवश्व प्रेम व्यावहारिक क्षेत्र में बाहि तथा प्रभु प्रेम आन्तरिक जीवन में सूक्ष्म भूचमका के अन्दि। दोनों ंप्रकाि का प्रेम चद्वतीय साधना है। चदव्य जीवन बनाने के इचु्छक व्यस्त्तक् के अन्दि भगवद् प्रेम, चनिन्ति भगवान् की याद, प्रेम पूवथक दैचनक उपासना, भजन-पूजा, आिाधना होनी चाचहए। इसके साथ ही सबसे द्वेर् छोडकि, नफिात्मक सम्बन्ध को छोडकि, घृणा आचद को छोडकि, सबके साथ प्रेम का सम्बन्ध िखना, चदव्य जीवन बनाने का दूसिा अभ्यास है। इसको सचक्रय िखने से जीवन चदव्य हो सकता है। इसके अभाव में पूणथ रूप से चदव्य जीवन नहीं ंहो सकता, अधूिा िह जायेगा, अपूणथ िह जायेगा।

चदव्य जीवन बनाने के चलए ५-१० चमनट के चलए चबलुकुल शान्त हो कि ध्यान किो। जगत को भूल जाओ, प्रपंच को भूल जाओ। समि वसु्त पदाथथ को भूल किके, 'केवल मात्र भगवान् एकमेव हैं। मैं उनके चिणों ंमें हूाँगा। बाकी अन्य चवचािों ंको छोडकि केवल भगवद् चचन्तन के द्वािा प्रशान्त एकाग्र चचत्त से ध्यान करूाँगा। 'ॐॐॐॐॐॐ' ऐसे सोचते हुए, चबना चूके सुबह-शाम ध्यान किना। चदन में भी कभी मौका चमल जाये तो दफ्ति, सू्कल में गप-शप न किके १-२ चमनट के चलए ध्यान किना चाचहए। नौकिी में आधा घण्टा चवश्राम चमलता है तो उसमें भी ध्यान किना। इससे कई समस्याएाँ अपने आप सुलझ जायेंगी। मन की अशास्त्न्त कम हो जायेगी। प्रशान्त अवस्था में चवकट समस्याओं ंका समाधान हो जायेगा। चकसी के प्रचत चचडचचडाहट आ गयी है, क्रोध कि चलया है, हमािो अन्दि नफिात्मक भाव आ गया है, तो उस सब का भी शमन हो जायेगा, हट जायेगा। प्रशान्त हो कि प्रणव में उति कि ध्यान में जाने से शास्त्न्त चमलेगी। तुिन्त तात्काचलक लाभ यह है चक चवक्षेप वृचत्तयााँ समाप्त हो जायेंगी।

गुरु महािाज ने कहा है चक भगवान् की तिफ पहुाँचने की इच्छा वाला साधक दैचनक चवचाि किेगा-आिा क्या है? अनािा क्या है? चनत्य क्या है, अचनत्य क्या है? शाश्वत क्या है, अशाश्वत क्या है, सत् वसु्त क्या है? दृश्य मात्र क्या है? ऐसा चववेक औि चवचाि पदे-पदे सचक्रय िखना पडेगा। आत्मानुभूचत, अपिोक्षानुभूचत, आत्मज्ञान प्राप्त किना ही हमािा पिम लक्ष्य है। अज्ञान के अन्धकाि को हटाकि ज्ञान के प्रकाश में आत्मज्ञानी बनकि ऊर्ध्थ बन जाना, यही हमािा उद्देश्य औि साधना है। साधक मुमुकुषु होता है इसचलए चदन प्रचत चदन व्यवहाि के क्षेत्र में चनत्याचनत्य वसु्त का चववेक, सवथ वसु्त का चववेक, परिणाम का चववेक किते-किते चवश्लेर्ण को सचक्रय िखना। वृचत्तयों ंको पूणथतः चनरुद्ध किने के सतत प्रयास को अभ्यास कहते हैं। सतत उत्साह के साथ दीघथकाल तक अभ्यास किने से मन स्त्स्थि हो जाता है। यह अभ्यास दैचनक जीवन का अटूट अंग बन जाना चाचहये।

चवचिा-चववेक के सचक्रय िहने से जीवन में जो भी परिस्तस्थचत आयेगी तो हम उससे चवचचलत नहीं ंहोंगें, प्रभाचवत नहीं ंहोंगें। हम अपने भीति इस अवस्था को स्थायी रूप में स्थाचपत कि लेंगे। ऐसा चववेक-चवचिा िखने वाला जगत में िहते हुए ही जगत को जीत लेता है, जगत उसको व्याकुल, दुिःखी, चवचचलत नहीं ंकि सकता। आप थोडा-सा भी अभ्यास किके तो देखो। श्रीकृष्ण पिमािा स्वयं कहते हैं चक उनके द्वािा बताया गया जो धमथ है उसे चदल से, तहे चदल से अपनाकि अभ्यास में लग जाओ। 'स्वल्पमयस्य धमथस्य त्रायते महतो भयात्।' इसका थोडा सा अनुष्ठान जन्म-मिण रूप महान् भय से िक्षा कि लेता है। एक अन्य गुरु ने कहा है, चववेक चवचिा जािावस्था, ज्ञानावस्था है-अज्ञान को हटाकि के, जगत को समझ कि, चफि अपने स्वरूप से चवचचलत नहीं ंहोना। ऐसी चदव्यता को हम अपने अन्तिःकिण में बना लें, तब क्या होता है? 'यस्तस्मस्तन्स्थतो न दुिःखेन गुरुणाचप चवचाल्यते।' ऐसी स्तस्थचत में पहुाँचने पि बडे भािी दुिःख से भी चवचचलत व चवचक्षप्त नहीं ंहोंगें। वहााँ सुख की कमी िहती नहीं ंऔि दुिःख वहााँ पहुाँचता नहीं।ं उसके अन्दि समता स्थाचपत हो जाती है। चदव्य जीवन बनाने का तुिन्त लाभ अभी औि यहीं ं है।

सत्य के चमत्र बनो औि सत्य को अपना चमत्र बनाओ। सदाचाि को अपना पिम धन, पिम श्रेय समझो, इससे बढ़कि के कोई ऐश्वयथ है ही नहीं।ं रुपये-पैसे, सोने-चााँदी, हीिे मोती, नविल से भी ज्यादा है, चरित्र अथाथत् पचवत्र आचिण। 'अचहंसा पिमो धमथ:।' प्राणी मात्र के चलए चहतकािी होकि अपने जीवन को पिोपकािी बनाना सबसे उत्कृष्ट धमथ है। काया वाचा मनसा अचहंसाक व्यवहाि चदव्य जीवन का मागथ है, िािा है। स्वाथथ को सबसे बडी महामािी समझना चाचहए। यह िोग, महािोग है। स्वाथथ से हम सब पीचडत हैं तथा इससे प्रेरित हो कि औिों ं को भी पीडा देते हैं। स्वाथथ को अपने अन्दि से हटा देना ही िोग से मुक्त होना है, चनिःस्वाथी बनना ही इसका एकमात्र इलाज है।

सेवा-धमथ को अपनाओ, सेवा किते-किते स्वाथथ अपने आप चला जायेगा, इसकी और्चध है चनष्काम सेवा, चनष्काम पिोपकाि। चनष्काम सेवा के चलए यह गुण गुरु महािाज ने चसद्धान्त रूप में अपनी चवश्व-प्राथथना में चदया है-

> **'हम सब नाम-रूपों ंमें तुम्हािा ही दशिन किें।**
> **तुम्हािी अचिना के ही रूप में इन नाम-रूपों ंकी सेवा किें।'**

हम जो भी कहते हैं साक्षात् भगवान् को ही कहते हैं। भगवान् सवथजीव कूटस्थ हैं, सवथ-जीव अन्तवाथसी है। इसको अच्छी तिह से समझकि इसका हमेशा अनुभव किें। भगवान् वैकुण्ठ में नहीं ंहैं, सब प्राचणयों ंके अन्दि हैं।

> **'लगाले प्रेम ईश्वि से अगि तू मोक्ष चाहता है,**
> **नहीं ंवो पाताल के अन्दि नहीं ंवो आकाश के ऊपि,**
> **सदा वो पास है ति कहााँ ढूाँढ़न को जाता है।'**

वह चनकट से चनकटति, चनकटतम है।

हरि ॐ तत् सत्।

५. अपने प्रचत चमत्र बनें

(भावनगि (गुजिात) में १८.३.८७ को चदया गया प्रवचन)

चदव्य आिो स्वरूप! पिम चपता पिमािा की अमि सन्तान !

ऋचर्, मुचन, महापुरुर्, सन्त, तपस्वी, चसद्ध, पहुँचे हुए ज्ञानी, तत्त्ववेत्ता, ब्रह्मचनष्ठ अपने उदाि चदल से चवश्व-प्रेम के काि, अपने दयामय स्वभाव के काि ही कुछ बताते हैं। वे स्वयं कृतकृत्य एवं आप्तकाम हैं। उनके चलए कुछ पाने की कोई बात ही नहीं िहती है। क्या उनके चलए कोई काम किने के चलए िह गया है? वे तो परिपूणथ हैं, मि हैं, उस अवस्था में िह कि के िशीि के प्राब्ध के काि जब तक िशीि में िहते हैं, तब तक क्या किना है? कुछ-न-कुछ किना है, क्योंचक २४ घण्टे तो आलस्य में पडा नहीं िहा जा सकता। हााँ, ऐसे भी हैं जो कभी-कभी सप्त ज्ञान भूचमका में पहुँचे हुए, ऐसी अजगि-अवस्था में पडे िहते हैं। जैसे जडभित थे, िमण महचर्थ थे, जैसे ऋर्भदेव थे-उन्मनी अवस्था, तटस्थ अवस्था में ४०-५० वर्थ बैठे हुए या लेटे हुए िहे थे। ऐसा भी है, पि यह चगने-चुने अपवाद मात्र ही हैं। चकतने ही महापुरुर् हैं जो ऐसी अवस्था को पहुँचे हुए हैं तो भी उनके अन्दि प्राब्ध कमथ के अनुसाि िशीि से इधि-उधि चेष्टा किने को, कमथ किने को है, तो वे क्यों किते हैं? चकस चलए चेष्टा किते हैं? अपने चलए कुछ नहीं है, औि अपना किके उनका कोई नहीं है, न ही अपना किके कुछ कहते हैं। उनके चलए सब अपना है, मेिा है। ऐसी अवस्था में गीता कहती है, उसकी क्या चेष्टा होती है, केवल 'सवथभूतचहते िताः' । प्राणी मात्र के चलए कल्याण हो, सबका कल्याण हो, सबका चहत हो, सभी दुःख से मुक्त हों, सब आनन्द के भागी हों। ऐसी एक महान् भावना से, दृचष्ट से वो आपका पूिा जीवन लोक-कल्याण के चलए, लोक-उद्धाि के चलए, मानव को पचतत अवस्था से उठाने के चलए लगा देते हैं। इसको कहते हैं 'लोक-संग्रह'। ऐसे पहुँचे हुए पुरुर्ों की जो चनःस्वाथथ, अहंकाि िचहत, संकल्प िचहत भावना से, भगवद् इच्छा के अनुसाि चेष्टा किते हैं, उसे कहते हैं 'लोक-संग्रह।'

ऐसे ही लोक-संग्रह के कायथ किके हमािे सद्गुरुदेव ने भी इस प्रकाि की बीसवीं शताब्दी के चवर्थम वाताविण में एक ही उद्देश्य से अपनी संस्था बनायी। एक ही उद्देश्य से अपने लेख चलखे, अपने प्रचाि-प्रसाि का कायथ चकया, इसी उद्देश्य से िात-चदन कायथ चकया ताचक मानव का कल्याण हो, सब सुखी िहें, कोई दुःखी न िहे। इस प्रकाि की चेष्टा किते हुए, इस प्रकाि से अपनी जीवन यात्रा किते हुए, आप जैसे महापुरुर्ों की चेतावनी, महापुरुर्ों का आह्वान था, उठो, जागो, हे मानव क्या कि िहे हो, क्यों िोते-भटकते तुम इस अवस्था में हो? पिमानन्द प्राप्त किने के चलए भगवान् ने तुमको मानव देह देकि यहााँ भेजा है तो उसे भूल कि के क्यों चबना काि तुम ऐसा शोक कि िहो हो ? यह आवश्यक नहीं है! अपने दुःख की सृचष्ट किके तुम क्यों उसमें हाय-हाय कि िहे हो? भगवान् ने तो यहााँ केवल आनन्द को ही भिा है। यहााँ पि तमाम अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड आनन्द से ओत-प्रोत है। आनन्द से ही अनन्त कोचट ब्रह्माण्डों की उत्पचत्त होती है। आनन्द से ही ये पूिा का पूिा अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड भिा हुआ है। आनन्द से ही ओत-प्रोत है। औि यचद सूक्ष्म दृचष्ट से देखें तो उस पिम अवणथनीय आनन्द, ब्रह्मानन्द, चनत्यानन्द की औि ही सब जा िहे हैं। सब प्रकाि की नचदयााँ एक ही सागि की औि जा िही हैं। ऐसा तमाम चवश्व ही क्या, अनन्त कोचट ब्रह्माण्ड आनन्द की औि ही जा िहा है। ऐसा शुरू में आनन्द, बीच में आनन्द औि अन्त में भी आनन्द। आनन्द ही आनन्द ! चसवा आनन्द के औि कोई चीज है ही नहीं। जब ऐसा सत्य है, वास्तचवकता है तो चफि तुम इस आनन्द के अन्दि दुःख, चचन्ता, शोक का अनुभव किते हो यह चकतनी चवचचत्र बात है! बडा िहस्यमय है, चवाव में यह अनथथ है। भगवान् ने दुःखकी सृचष्ट नहीं की है क्योंचक वह ऐसी सृचष्ट कि ही नहीं सकते, वो आनन्दमय हैं। उन तक पहुँच कि, उनके अनुभव में जा कि के महापुरुर्ों ने घोर्णा की- 'आनन्दं ब्रह्मेचत चवजानात' जो कुछ आया है, आनन्द से ही आया है, आनन्द के ऊपि ही सब-कुछ प्रचतचष्ठत है औि आनन्द की औि ही सब जा िहे हैं। चसवा आनन्द के हम औि कुछ देखते नहीं भाई, तो इसको कैसे समझ सकते हैं?' चकन्तु हम तो कहते हैं चक हम दुःख में हैं, चचन्ता में हैं। लडके को नौकिी नहीं चमली तो दुःख, नौकिी चमल कि

चफि हटा चदया गया तो दिुःख, कोई भ्रष्टाचिा चविोधी कानून में पकड चलया गया। क्यों ंपकड चलया, इसके तुम ही किाण हो। क्योंचंक ऐसा किके चजतना वेतन लेते हो, उससे चौगुना तुम औि ले आ सकते हो। उसकी बीबी भी उसके पीछे प्रेरित किती है, 'देखो, यह हमािा पडोसी है, उसका वेतन है ७००, औि ले आता है २५००, ३०००। तुम बुद्धू ऐसा क्यों ं नहीं ंकिते?' ऐसा कह कि उसको प्रेिणा देती है तो एक चदन भ्रष्टाचिा चविोधी कनून के अन्तिगत
पकड चलया जाता है। नौकिी में गया, बडा आनन्द आ गया, वेतन से ज्यादा धन ले कि आया तो बडा आनन्द हो गया। चनकाल चदया गया तो चफि मायूसी। तो क्या भगवान् इस पि दोर्ी हैं? अपने कष्ट-संकट को, अपने दिुःख को हम ही उत्पन्न किते हैं, इस प्रकिा की अवस्था में चवचचत्रता क्या है? जब आनन्द ही आनन्द यथाथथ सत्य है, आनन्द
ही आनन्द की एकमात्र सत्ता चविाजमान है, चसवा उसके औि कोई चीज है ही नहीं,ं चफि ऐसे अनेक प्रकिा के दिुःखों ंकी हम सृचष्ट किते हैं, ये ही बडी चवचचत्रता है। इसका एक किाण औि भी है, जैसे हमािे चलए सब कुछ है, नौकिी भी है, लडकी अचे्छ घिाने में शादी हो किके चली गयी है, लडका अचे्छ पद पि है। सब-कुछ है, हम सुख
से िह सकते हैं, लेचकन हमािे पडोस में लडकी की
अपने प्रचत चमत्र बनें शादी हुई औि भी अमीि आदमी के घिाने में, औि उनका लडका जो है हमािे लडके से अच्छा िहा औि भी तिक्की किके अमेरिका में उसको नौकिी चमल गयी है। बस अफसोस ! देखो सब-कुछ है, लडका अचे्छ पद पि है, लडकी अचे्छ घि में गयी है। औि कहीं ंकुछ हमसे अचधक अच्छा हो गया, उसमें हम अपने सुख, तृस्तप्त, आनन्द को छोड कि दिुःखी हो जाते हैं। आप क्यों ं दिुःखी हैं, इसके चलए आप क्या किाण बताएँगे, अपने आपको उलूलू कैसे बतायेंगे? इस प्रकिा से हम जहाँ पि दिुःख, शोक, चचन्ता है भी नहीं ंउसमें भी यह हमािा तजुिबा है चक-मानव मन स्वयं ही दिुःख की सृचष्ट कि लेता है। यह कैसा होता है? यह क्या माया है? क्या
हिस्य है? इसे ही समझना है।

जब आनन्द ही आनन्द है तो हम चकस प्रकिा चचन्ता, शोक, दिुःख आचद की सृचष्ट किते हैं, इसको समझने के चलए एक सिल उदाहिण देते हैं, जब सूयाथि हो जाता है तो िात होने पि औि अाँधेिा हो जाता है। इसचलए हमें चबजली से प्रकाश किना पडता है, लेचकन वहााँ पि कोई लूज कनेक्शन हो गया, फ्यूज उड गया, तब चफि अन्धकिा छा जाता है औि हमें मोमबत्ती जलानी पडती है। औि जोि की हवा आये तो मोमबत्ती भी बुझ जाती है औि चफि अन्धकिा छा जाता है। सूयाथि हो जाने पि िात में भी अन्धकिा, चबजली चली गयी तो अन्धकिा, मोमबत्ती बुझ गयी तो भी अन्धकिा! तो इतने अन्धकिा में हम िहते हैं। लेचकन थोडा सा सोचो क्या विाव में अन्धकिा जैसी कोई चीज है? अन्धकिा नाम का ऐसा कोई तत्त्व है, वो कोई विु है, कोई पदाथथ है उसका चनमाथण कि सकते हैं प्रयोगशाला में? थोडा सोचो तो कुछ शताब्दी के पहले, कुछ शताब्दी क्या, कुछ ५० साल के पहले इस बात को स्पष्ट समझना थोडा मुस्तिल था। लेचकन जब से सूयूतचनक आचद का, आकाश के महामण्डलों ंमें अपने यन्त्रों ंके द्वािा जाना शुरू हो गया औि इसके बाद यन्त्र में जो एस्टरोनोज (चवरे्श व्यस्तक्) गये हैं, उन्ोंनें जाकि प्रत्यक्ष अनुभव किके इस बात का वणथन चकया, वे बोले चक, 'हम जब भूमण्डल से ऊपि चले गये, पृथ्वी के गोले से हम आगे पिा किके चले गये, हमने देखा चक न िात, न चदन, न घण्टा, २४ घण्टा टाइम की भी कोई बात नहीं ंहै। काल से हम पिे चले जाते हैं। वहााँ एक प्रकाश ही प्रकाश है। प्रचण्ड प्रकाश, जहााँ देखो प्रकाश ही प्रकाश, प्रकाश के चसवा कुछ है ही नहीं।ं न सूयाथि, न सूयोदय, न िात, न चदन, न शाम। एक ही समान २४ घणे्टे सूयथ का प्रचण्ड प्रकाश। हि समय इतना प्रकाश चक आाँख बन्द किनी पडती थी औि चजतने चदन वहााँ िहे केवल प्रकाश ही प्रकाश। महीनों ंतक िहे केवल प्रकाश ही प्रकाश। चसवा प्रकाश के कोई औि चीज है ही नहीं।ं उससे हमको अनुमान हो गया चक विाव में सोलि चसस्टम क्या है? केवल प्रकाश ही प्रकाश है।' यहााँ पि अन्धकिा है ही नहीं।ं अन्धकिा हमािी कल्पना है, औि यचद चफि भी हम अन्धकिा का अनुभव किें, तो अन्धकिा की चनवृचत्त कैसे हो? ऐसा हमको पूछ किके उपाय जानना चाचहए। यचद हम सूयथ भगवान् के पास जायें तो यह अने्धिा एक कल्पना है। वैसे आप सूयथ भगवान् के पास जा कि िहेंगे नहीं,ं खाक बन जायेंगे, चफि भी मान लो चक हम गये, सूयथ भगवान् के पास जा कि सामने खडे हुए, 'आपका यहााँ आना कैसे हुआ?' 'सूयथ भगवान्, हमािी एक समस्या है। हल किने के चलए आपके पास आये हैं,' 'तो बताओ क्या बात है?' 'अन्धकिा को कैसे हटाएँ, यह बडा सताता है। अन्धकिा

हमिो जीवन के बडे चहसे्से को ले लेता है। अन्धकिा को कैसे चनकालें ?' सूयथ भगवान् क्या बोलेगा ? सूयथ भगवान् उसका जवाब नहीं ंदेगा, उल्टा पूछेगा, 'अन्धकिा ? अन्धकिा क्या होता है?' अन्धकिा तो सूयथ भगवान् के अनुभव में है ही नहीं, ं वहााँ तो शतप्रचतशत, अनाचद, अनन्त प्रकाश ही है। सूयथ भगवान् के पास जा कि अन्धकिा का आप इलाज पूछो तो वह पूछेगा अन्धकिा क्या चीज होता है वो पहले बताओ तब हम जा कि बतायेंगे। अन्धकिा को कैसे समझायेंगे सूयथ भगवान् को? ऐसे ही ब्रह्मज्ञाचनयों ंके पास जा कि दुि:ख, शोक औि चबन्ता के बािे में पूछो तो वो बोलेंगे, 'हमें तो पता नहीं। ं आनन्द ही आनन्द है। तुमने सृचष्ट किके िखी है यह चीज।' दुि:ख है, शोक है, चचन्ता है, भय है। चवाव में दुि:ख आचद कोई चीज है ही नहीं, ं केवल आनन्द मात्र है। हम सृचष्ट किते हैं तो अपने अज्ञान से, अचवद्या से। आप उस आनन्दमय पिब्रह्म का ही स्वरूप हैं, उसी का अंश हैं। उनके औि आपके वािचवक तास्त्तत्त्वक स्वरूप में कोई अन्ति नहीं ंहै। भगवान् को तुम 'त्वमेव माता च चपता त्वमेव' बोलो या भगवान् को पिम ब्रह्मतत्त्व, एकमेव अचद्वतीयं पिब्रह्म बोलो, कुछ भी बोलो वािचवक तास्त्तत्त्वक स्वरूप जो है, जीवाा औि पिमाा का केवल एक ही है, दो चीज नहीं ंहै। आप आनन्दमय आाा हैं, चफि भी आनन्दमय आाा होते हुए भी आपके अन्दि उसके चवपिीत अनुभव कैसे आता है?

कठोपचनर्द् के प्रसंग में नचचकेता औि यम धमथिाज का सम्भार्ण होता है तो उसमें संकेत मात्र में यम धमथिाज कहते हैं चक आपको अपने आनन्द का अनुभव इसचलए नहीं ंहोता है क्योंचक उसके प्रचत आप अपनी दृचष्ट कदाचप नहीं ंडालते। तुम्हािी दृचष्ट इस दृश्य जगत् के अनेक अपूणथ अल्प विु-पदाथों की तिफ ही है। आनन्द जो तुम्हािे अन्दि है, तुम्हािे वािचवक चनज स्वरूप में है। यह अद्भुत अवणथनीय शास्त्तन्त, यह आनन्द जो सदा-सवथदा है, उसकी तिफ तुम कभी ध्यान देते नहीं ंहो। तुम्हािा पूिा का पूिा ध्यान, चजस विु में सुख नहीं ंहै वहााँ ही है।

शु्रुचत घोचर्त किती है, 'यो वै भूमा ततुसुखम्, न अले्पे सुखम् अस्ति।' तो अल्प विु में, एक क्षचणक नाशवान् विु में जो नहीं ंहै, ऐसा इस पिम सुख को बताया जाता है। चकनु्तु आप तो पूिा का पूिा ध्यान पिेस्तन्द्रय के द्वािा अपने मन को बाहि चनकाल किके, बचहमुथखी वृचत्त से चवर्यािा वृचत्त में िह कि उस पिम सुख को अपने आप खो बैठे हैं। इस बात को अच्छी तिह ध्यान दे कि समझें चक इस संसाि में आ कि आपको शास्त्तन्त नहीं ं है, आनन्द नहीं ंहै, इसका काि ण ये नहीं ंहै चक यहााँ पि शास्त्तन्त औि आनन्द का अभाव है। शास्त्तन्त औि आनन्द परिपूणथ है, सदा-सवथदा है। ये ब्रह्ममय जगत है, यहााँ यह है। शास्त्तन्त औि आनन्द का अभाव आप में नहीं ंहै औि न ही आपको चकसी ने जबिदिी शास्त्तन्त औि आनन्द से वंचचत िखा है। परिपूणथ चवश्व में शास्त्तन्त औि आनन्द है चकनु्तु आपको उसकी अनुभूचत नहीं ंहै। अपने अज्ञान से, अचवचाि से औि गलत चेष्टा से आप इस शास्त्तन्त औि आनन्द से वंचचत हैं। इस गलत चेष्टा को समझना चाचहए। इस गलत चेष्टा का क्या स्वरूप है? क्योंचक जैसे सकािाक साधना है, इसी प्रकाि नकािाक साधना भी है। सकािाक साधना वह है चक आनन्द प्रास्त्तप्त के चलए चजसको किना चाचहए उसको किना ही है औि नकािाक साधना वह है चक चजसको नहीं ंकिना चाचहए, उसे नहीं ंकिना है। इन दोनों ंको साथ-साथ िख कि जो किेगा, उसे आनन्द औि शास्त्तन्त प्राप्त किने के चलए एक कदम उठाना नहीं ंपडता, एक छोटी अंगुली भी उठानी नहीं ंपडती, क्योंचक वह सदा प्राप्त विु है। उसको प्रयत्न किके प्राप्त नहीं ंकिना पडता। ऐसा भगवान् आनन्दकन्द श्री कृष्णचन्द्र बोलते हैं। भगवान् ने क्या कहा है आपको ? आनन्दकन्द भगवान् कृष्णचन्द्र ने आपको यह कहा है-

'अहमात्मा गुडाकेश सवूिताशयस्थथतः ।
अहमाडदश्च मध्यं च ूतानामन्त एव च ।।'

भगवान् आनन्दमय, आनन्दस्वरूप, आनन्दकन्द, वृन्दावन लीला के बाद जब बडे हो जाते हैं, जगद्गुरु के स्थान में िह कि के वही आनन्दकन्द भगवान् कहते हैं चक सबके अन्दि स्वयं उन्ीं ंका वास है, आपके अपने रूप में आपके भीति िहते हैं। आपके अपने का अथथ है, स्वयं आपके आाा। आपके स्वयं के चनजी व्यस्तक्त्व को आाा कहते हैं। भगवान् स्वयं कहते हैं, 'मैं आपके अन्दि हाँ, सबके अन्दि हाँ। सब मानव के अन्दि ही नहीं ंसब

प्राणी मात्र के अन्दि हाँ। अहमिाा.....।' आनन्दस्वरूप भगवान् इस प्रकिा झूठू नहीं ंकह सकते हैं। अपने चदव्य मुखािचवन्द से, अमृतमय बचन में इस िहस्य को खोल किके बताया है। मैं आनन्दस्वरूप भगवान् आपके अन्दि हाँ। यचद आनन्दस्वरूप भगवान् आपके अन्दि हैं तो आप अपने अन्दि दुि:ख को, शोक को, चचन्ता को कैसे भला मान सकते हैं। आनन्दस्वरूप भगवान् जो आपके अन्दि हैं, उनकी आपने चबलुकुल उपेक्षा कि दी है, उनकी तिफ आप ध्यान नहीं ंदेते हैं, उनकी बात पि आपने चवश्वास नहीं ंचकया है। अगि उनकी बात पि चवश्वास िखते- 'आहा ! आनन्दस्वरूप भगवान् मेि अन्दि हैं, मेिी आिा के रूप में हैं तो मुझे उनें् जरूि पहचानना चाचहए, मुझे उनका जरूि अनुभव किना चाचहए। उनके पहचानने के चलए मैं जरूि अभ्यास में लग जाऊाँगा। मैं छोिूाँगा नहीं।ं जब भगवान् ने कहा है तो जरूि होंगें। उनका आनन्द हमेिो अन्दि जरूि चमलेगा।' ऐसा किके आप पूणथ चवश्वास िख कि के इधि-उधि भाग-दौड किके नहीं,ं अल्प विु की प्रास्तप्त के चलए जन्म वृथा नहीं ंखोते हुए, अपने जीवन में सुबह-शाम चजतना हो सके मन को अन्तमुथखी किके, ध्यान किके आप कोचशश में लग जायेंगे तो कालक्रमेण आपको आनन्द औि शास्तन्त अवश्यमेव चमलेंगे। यह चबलुकुल चनचित है। चत्रविा सत्य है।

भगवान् स्वयं भगवद्गीता के छठे अध्याय में कहते हैं चक ऐसा किके तुम पिमानन्द को प्राप्त कि सकते हो। आत्यस्तन्तक सुख को प्राप्त कि सकते हो। प्रशान्त मुिा में बैठो, आसन में बैठो, श्वास को सनुतुचलत किो। आाँखें मूाँद किके पूिा अन्दि देखो, अपने लक्ष्य को वहााँ पि ले जाओ जहााँ पि मैं बैठा हाँ।

चजस किाण हम यहााँ पि आये हैं, औि चजस विो हम यहााँ पि भेजे गये हैं, इन दोनों ंमें अन्ति देखना चाचहए। प्रािब्ध का भोग भोगने के चलए हम यहााँ आये हैं औि पिमानन्द प्राप्त किने के चलए हम भेजे गये हैं। भगवान् का उदे्देश्य हमें यहााँ भेजने का यह है चक इस अमूल्य मनुष्य शिीि का, अमूल्य मनुष्यत्व का हम पिम सदुपयोग किके इसी जन्म में, इसी शिीि के द्वािा, उस आनन्दमय अवस्था को प्राप्त कि लें। औि वे बाि-बाि कई ऋचर्-मुचनयों ंद्वािा, योचगयों ंद्वािा, धमथग्रन्थों ंद्वािा, भक्तों ंद्वािा हमको याद चदलवाते हैं चक यहााँ पि उस पिम लक्ष्य की प्रास्तप्त के विो भेजा गया है। इसचलए हमें जीवन में उस लक्ष्य प्रास्तप्त को केन्द्रीय स्थान देना चाचहए। उस लक्ष्य प्रास्तप्त को अपने जीवन में अन्य सब मूल्यताओं ंकी अपेक्षा सबसे ऊाँची मूल्यता देनी चाचहए। सबसे प्रथम स्थान इसी का है। इसे अपिोक्षानुभूचत कहो, भगवद्दशथन कहो, गॉि रियलाइजेशन कहो, आिज्ञान कहो, कुछ भी कहो, उस शब्द से कोई अन्ति नहीं ंपडता है, 'उस पिम आनन्द की, अवणथनीय आनन्द की, चदव्य आनन्द की, चनत्य आनन्द की, असीचमत अगाध आनन्द की अनुभूचत, ये ही मेिे चलए सबसे ऊाँची मूल्यता है, मेिे जीवन में इसका केन्द्रीय स्थान है। औि इसी के विो मैं श्वास ले िहा हाँ, इसके विो अन्न खा िहा हाँ, इसी के विो शिीि का पालन-पोर्ण कि िहा हाँ, इसी के चवकास के विो अध्ययन कि िहा हाँ। बाकी सब गौण बात है, बाकी सब सेकेन्डिी है, मुख्य यह है,' इस प्रकिा जब अपने आध्यास्तिक लक्ष्य को मुख्यता दे कि, अन्य सब को गौण स्थान में भेज देंगे, तब जा कि आपके जीवन में कुछ न कुछ बनेगा। तो क्या होगा? अभी तो अध्यास्तिक लक्ष्य जो है, वो हमािो जीवन में छोटे से एक स्थान में है, कोने में है। थोडा सुबह घण्टी बजा चदया, आिती कि चदया। बाकी प्रपंच के व्यवहाि में जा कि, फाँस किके भूल गये, प्रपंच को इतना उलझन भिा बना चदया। सादगी से जीवन व्यतीत किने में थोडा बहुत समय भगवद् भजन इत्याचद में चमल सकता है। लेचकन हमािा जीवन इतना जचटल हो गया है चक जानबूझ कि हम उलझन में फाँसते हैं। चफि बोलते हैं, हमें समय नहीं ंचमलता है जप के चलए, ध्यान के चलए, भजन के चलए। समय सबके चलए २४ घण्टा ही है। भगवान् ने एक चमनट भी कम नहीं ंचकया है। सबके चलए पूिे के पूिे २४ घण्टे चदये हैं। चकसी को समय चमलता है, चकसी को समय नहीं ंचमलता है, क्यों?ं यह भगवान् की किनी नहीं ंहै। हम अपने जीवन को इतना जचटल बनाते हैं औि अकिाण ही इतनी अनावश्यक चीजों ंसे भि देते हैं। कूडा-किकट को अपने चदमाग में भि कि के, भगवान् के चलए समय नहीं ंदेते हैं।

इसचलए हमें सादगी को अपनाना चाचहए। चजतनी सादगी से हम जीवन जी सकते हैं, उतनी ही हम सादगी से जीवन जीने की कोचशश किें, अपने आप समय चमल जायेगा। इसके चलए महचर्थ पतंजचल ने कहा- अिेय औि अपरिग्रह। जीवन में सादगी को साधने के चलए अपरिग्रह औि अिेय को अपनाओ। दूसिे अंग-

चनयम में सन्तोर्-सनुतुचष्ट को बताया। सन्तोर् से आशा-तृष्णा नहीं ंबढ़ेगी। जब तक आशा-तृष्णा बढ़ती िहेगी, मन में शास्तन्त-चैन नहीं ंिहेगा। हमेशा हमको ये चाचहए, ये चाचहए लगा िहेगा। चजतना आया, उतना पूिा नहीं ंहुआ तो क्या होगा। ऐसे चवचक्षप्त-अशान्त मन में सुख औि शास्तन्त चमलना सवथा असम्भव है। इसचलए सादगी को अपनाओ औि 'सादा जीवन, उच्च चवचाि' िखो।

'जीवन में सनुतुष्ट िहो' इसके चलए कोई-कोई यह गलत ख्याल िखता है चक चजसके जीवन में सन्तोर् आ जायेगा तो वह चनिाशावादी बन जायेगा, वह आलसी बन जायेगा, वह पुरुर्ाथथ नहीं ंकिेगा। यह चबलुकुल गलत ख्याल है। सन्तोर् मन की एक स्तस्थचत है। सन्तोर् अन्तिःकिण की एक अवस्था है। उस अवस्था में िहो, उस स्तस्थचत में िहो, चफि भले ही चेष्टा किो। अपनी प्रगचत के चलए, चवकास के चलए, तिक्की के चलए तुम पुरुर्ाथथ किो; चकनुतु असनुतुष्ट हो कि के नहीं, ं व्याकुल हो किके नहीं। ं चफक्र के साथ चेष्टा किना, पुरुर्ाथथ किना यही मुख्य समस्या है। हमेशा सदा सनुतुष्ट िहो, सदा प्रसन्न िहो, कोई पूछता है, 'कैसे हो?' तो आपका उत्ति यही होना चाचहए, 'मजे में हाँ। भगवान् का चदया सब-कुछ है, कोई कमी नहीं! ं' लेचकन चेष्टा किो।

सन्तोर् औि तृस्तप्त तथा सादगी औि पुरुर्ाथथ में पिस्पि कोई चविोध नहीं ंहै, पुरुर्ाथथ जो किना है किो। सदा सन्तोर्ी िहो, सदा सुप्रसन्न िहो। सदा सादगी को अपनाओ, ज्यादा महत्त्व सादगी को दो। 'मैं चकतना कम से कम में सुखी औि सनुतुष्ट िह सकता हाँ' हमेशा इसी चवचाि को प्रमुखता दो औि सादगी को अपनाओ। सादगी औि सन्तोर् को अपनाया तो ? चकसी के प्रचत हमािी ईर्ष्ाथ नहीं ंहोगी, चकसी को हमसे ज्यादा चमल गया तो हमें जलन नहीं ंहोगी। हम हमेशा प्रशान्त िहेंगे। ईर्ष्ाथ के चलए कोई किण नहीं ंिहेगा। तुलनािक भावना नहीं ंिहेगी। हमेशा शान्त िहेंगे, प्रसन्न िहेंगे। ऐसे मन को हम भगवान् की तिफ दे सकते हैं। ऐसा मन भगवान् का चचन्तन कि सकता है, सहज चेष्टा हो सकती है, ध्यान भी हो सकता है।

जैसा कल चववेक सागि जी ने कहा चक यचद नये प्रकाि का जू, चचचडयाघि बनायें औि उसमें एक जानवि, जो अब तक अन्दि नहीं ंिखा हुआ है, एक आइटम जो अब तक नहीं ंहै, उस आइटम को िखना पडेगा। वो क्या है? मानव-पशु। यह सबसे अचधक-महाभयंकि है! पूिी की पूिी दुचनयााँ का चवनाश किने के चलए बैठ गया है, अपनी कौम को खतम किने के चलए तैयाि हो कि बैठ गया है। बाकी जंगल के चहंसिक जानवि ऐसी योजना बना कि नहीं ंबैठते हैं, भूख के चलए वे चशकाि किके खाते हैं। पेट भिे चसंह के सामने से चहिन चला जाये तो उसे कुछ नहीं ंकिेगा, छेडेगा नहीं। ं ऐसा कहते हैं जानकािी िखने वाले।

इसी उपमा को ले कि मैं कहता हाँ। इस मागथ में आप साधक हैं, भगवद् भक् हैं, चजज्ञासु औि मुमुकुषु हैं। इसको भूल किके आप कहते हैं, 'हम संसािी मानव हैं।' आप संसािी मानव नहीं ंहैं। आप अचवनाशी अमि आिा हैं। औि थोडा देहाध्यास, अज्ञान के किण इस चीज में तत्काल के चलए फंसे हैं। ये आपकी चनजी अवस्था नहीं ंहै, न ही इसको कायम िखने के चलए कहा गया है। इस अवस्था को आप ने कायम नहीं ंिखना है। इसे स्थायी िखा तो बडा अपिाध होगा। भगवान् ने आपको बहुत बडा सुनहिी पुिस्काि चदया है, अमूल्य पुिस्काि चदया है तो इस पुिस्काि को इन्काि कैसे चकया जायेगा। अज्ञान, अचवद्या औि देहाध्यास के किण इसको कायम नहीं ंिखना है। संकल्प द्वािा इसको समाप्त किके साधना में लग जाना है। इसी किण ये सब कायथक्रम होते हैं, महापुरुर् आते हैं। ऐसी अवस्था में चजज्ञासु, मुमुकुषु, साधक औि भक् योगाभ्यास किके, मोक्ष प्रास्तप्त के चलए कोचशश किते हैं।

जीवन के इस िाे में आपका सबसे बडा दुश्मन कौन है? आप ही हैं, औि कोई नहीं ंहै। यचद आप अपने स्वभाव में से-इस महान् लक्ष्य की प्रास्तप्त के मागथ में, अपनी साधना में, अपने योगाभ्यास में, अपने भस्तक्-भजन में जो चवपिीत हो, जो प्रचतकूल हो, उसे दूि किने के चलए प्रयत्नशील नहीं ंहैं, ऐसी चीजों ंसे बच कि नहीं ं िहेंगे, ऐसी चीजों ंको अपने स्वभाव से बाहि चनकाल किके िखने की कोचशश नहीं ंकिेंगे तो आप अपनी समस्या की, आप ही सृचष्ट किेंगे। आप ही चवघ्न औि बाधा बन जायेंगे, अपने दुश्मन आप ही बन जायेंगे। औि यचद आप ही

इस प्रास्तप्त के मागथ में इसके चलए जो भी सहायप्रद है, जो भी अनुकूल है, जो भी उपयोगी है, उस सामग्री को संग्रह किने में लग जायेंगे तो आपका, अपने जैसा चमत्र अिौ कोई नहीं ं है। आप ही अपने पिम चमत्र बनेंगे। आप ही अपने पिम चहतेर्ी बनेंगे। भगवान् ने गीता में कहा है :

उद्धिेदात्मनात्मानं नात्मानमवसादयेत्।
आत्मैव ह्यात्मनो बनुधिुात्मैव रिपिुात्मनः ।।

जो अपनी इस्तन्द्रयों ंको अपने वश में िख किके, संयमी बन किके अपने साधन में लगता है, वह अपना पिम चमत्र है। अिौ जो इस्तन्द्रयााँ जैसा बोलती हैं, उन का गुलाम हो कि भागता िहता है, वह अपने आपका शतुरु बन जाता है। ऐसा कह किके 'उद्धिेदिनिाानम्' कहा गया है। एक ही सूत्र को आपके सामने िख किके मैं समाप्त किता हाँ। आप ही अपने शतुरु हैं, आप ही अपने चमत्र हैं। आप साधना में सफलता प्राप्त किके जीवन में लक्ष्य को प्राप्त किना चाहते हैं तो आप अपने प्रचत चमत्र बनें।

इस चवर्य में केवल एक छोटी सी बात भगवान् ने कही है। तो मैं उसको आपके सामने िख कि समाप्त किता हाँ। भगवान् ने कहा है चक इस मागथ में तीन चीजों ंसे बच जाओ। तुम्हािो चलए तीन चीजें बडी चवपचत्त हैं, इनसे बच जाओ। एक तो है क्रोध रूपी आसुिी सम्पदा, यह िाक्षसों ंका मुख्य गुण है। हम जब असुि नहीं ंबनना चाहते हैं, भगवान् बनना चाहते हैं तो आसुिी सम्पदा को अपने साथ में न िखें। साधना तो बहुत सुन्दि किें, चकनुतु साथ ही बीबी से क्रोध किें, बच्चों ंसे क्रोध किें, यह ठीक नहीं ंहै, क्योंचंक यचद चकसी भी रूप में क्रोध आ जाता है तो यह आध्यास्तिक जीवन में, साधना मागथ में महान् बाधा है, महान् चवघ्न है। क्रोध नहीं ंहोना चाचहए, यह आसुिी सम्पदा है। क्रोध से क्या-क्या सब बन जाता है, इस पि तो बडी चकताब चलखी जा सकती है। गुरु महिााज ने 'क्रोध पि चवजय' पुिक में चलखा है। उसको पढ़ें तो आपको मालूम होगा चक उससे क्या-क्या अचनष्ट हो सकते हैं। अपने को क्रोध से बचा कि िखना है।

अचत लोभ, अचत आशा-'सब मेिे चलए चाचहए' चजतना चाचहए उसमें सन्तोर् नहीं ंहै। लोभ महान् शतुरु है। क्यों? ं चजनके हृदय में लोभ जा कि बैठ जाता है, उनका हृदय पार्ाण बन जाता है, लोभ के विो वह अिौ सबका ख्याल छोड देता है। चजनके हृदय में लोभ है, वहााँ दया नहीं ंहै, वहााँ पि िहम नहीं ंहै। दूसिों ंके विो कोई चचन्ता नहीं ंहै, करुणा नहीं ंहै,

सहानुभूचत नहीं ंहै। कुछ नहीं ंहै, चबलुकुल शुष्क हो जाता है। हृदय रूखा-सूखा शुष्क हो जायेगा, चबलुकुल पत्थि बन जायेगा। इसचलए लोभ महान् शतुरु है। जहााँ पि लोभ जा कि बैठ गया, समझो सब सद्गुण, सब दैवी सम्पदा हट जाती है, हृदय पार्ाण बन जाता है, चनदथयी बन जाता है। इसचलए लोभ से बचना चाचहए। चजनके हृदय में लोभ आ गया, वह भगवान् को नहीं ंमानता है। चजसके प्रचत लोभ है, उसके पीछे लग जाता है। वह जन्म बिबाद कि लेता है। लोभ आपका महान् शतुरु है, इससे बच कि के िहना चाचहए।

मन में अनुचचत कामना, अपचवत्र कामना, मचलन कामना, मैं खास चीज इसचलए बता िहा हाँ, क्योंचंक भगवान् ने स्वयं हमको इसके प्रचत सावधान चकया है, 'जागो, खबिदाि, होचशयाि िहो, ये तीन तुम्हािो चलए घातक है, नाशकािक हैं, अधोपतन का मागथ हैं।' इतने कडे शब्द का प्रयोग किते हैं। बोलते हैं, तीनों ंनिक के द्वाि हैं। भगवान् इतना सुन्दि अमृतमय वचन बोलते हैं, चकनुतु यहााँ पि इतने कटु शब्द बोल िहे हैं चक ये निक के द्वाि हैं।

डिडवधं निकस्येदं द्वािं नाशनमात्मनः ।
कामः क्रोधस्तथा लोिस्तस्मादेतत्त्रयं त्यजेत्।।

काम के चलए यहााँ दो अथथ लगा सकते हैं, एक तो कामुकता, क्योंचंक कामुक-वासना, देहाध्यास जहााँ तक है नहीं ंछूटेगी। देहाध्यास जब तक नहीं ंछूटेगा तब तक स्थूलता से हमिाी चेतना सूक्ष्मता तक नहीं ंपहुाँच सकती। आध्यास्तिकता तो छोडो, सूक्ष्मता में भी नहीं ंपहुाँच सकती। औि दूसिा अथथ है काम माने मनोकामना, कई प्रकाि की इच्छाएाँ। धमथ के चवपिीत इच्छाएाँ, स्वाथथ पिायण इच्छाएाँ, अपचवत्र इच्छाएाँ, अनुचचत इच्छाएाँ। ये सब हमािे चलए महान् शत्रु हैं। निक की औि ले जाने वाली हैं। पचवत्र इच्छाएाँ ठीक हैं-सत्संकल्प है, शुभ इच्छा है, इसके प्रचत भगवान् ने कुछ नहीं ंकहा है। कहते हैं चजनके मन में बहुत अच्छी सुन्दि-सुन्दि इच्छा आती है, वह ऐसे सम्मेलनों ंमें आते हैं, सत्संग में बैठते हैं, महािाओं ंके दशथन किते हैं, सत्संग श्रवण किते हैं। ऐसी इच्छा भगवान् का ही एक स्वरूप है।

धमाथडवरुद्धो िूतेषु कामोऽस्स्म ि ितषथ ।।

'मैं काम के रूप में (यहााँ काम का अथथ है उचचत कामना, ऊाँची कामना) में हाँ।' यह काम, इन तीन चीजों ं से बच कि, आया हुआ काम है। भगवद्दशथन, ज्ञान-प्रास्तप्त को केन्द्रीय स्थान दें। सबसे उत्कृष्ट, उन्नत लक्ष्य को मूल्यता दे कि बाकी अन्य चीजों ंको गौण समझ किके, हम अपने जीवन में, व्यवहाि जगत् में कतथव्य कमथ किते-किते साथ में साधना को नहीं ंछोडेगे, साधनामय जीवन बनायेंगे, भस्तक्तमय जीवन बनायेंगे, तब इसी िीति से उस लक्ष्य को प्राप्त किके हम धन्य बन सकते हैं, बनना चाचहए भी।

इसी प्रकाि के चदव्य जीवन की औि प्रेिणा किने के चलए गुरुमहािाज ने आ कि के जीवन भि इसकी घोषणा की। इस प्रकाि के जो सम्मेलन होते हैं, उस बात को पुनः-पुनः याद चदलाते हैं, क्योंचंक चजतना भी तुमने चकया, माया उसको भुला देती है। पुनः याद चदलाने के चलए ही इस प्रकाि के सम्मेलन होते हैं। आप सब को यह सब श्रवण किके, लाभास्तित हो कि, तीव्र आकांक्षा के साथ, साधक बन किके, साधनामय जीवन बना कि के, जीवन के पिम लक्ष्य को प्राप्त किके, अपने जीवन को धन्य बनाना चाचहए। ऐसा मैं आप सबसे प्राथथना किता हाँ। भगवद् चिणों ंमें याचना किते हुए समाप्त किता हाँ चक आपका जीवन परिपूणथता औि सफलता को प्राप्त किे!

हरि ॐ तत् सत्।

भगवान् हमारे भीतर शुद्धता की तीव्र आकांक्षा के रूप में प्रकट होते हैं। शुद्धता एवं पवित्रता के द्वारा भक्ति का उदय होता है, भक्ति से वैराग्य आता है, वैराग्य से परम तत्त्व की प्राप्ति होती है तथा व्यक्ति अमरत्व और परम शान्ति प्राप्त कर लेता है।

सदा–सर्वदा भगवान् के सान्निध्य को अपने जीवन में अनुभव करते हुए, आराधना का भाव रखते हुए कार्य करें और उन्हें भगवान् के चरणों में अर्पित करें। कर्म–समर्पण करने से कर्म 'योग' का रूप धारण कर लेता है तथा जीवन आध्यात्मिक जीवन बन जाता है।

स्वामी चिदानन्द ॐ

A DIVINE LIFE SOCIETY PUBLICATION